

3534

બોધદેવ શતક.

અને

દિનચર્યા, રાત્રિચર્યા, ઋતુચર્યા.

પ્રસિદ્ધ ઉરવાર,

જેશમ વિ. રઘુનાથ.

પ્રમુખ "વૈષ્ણવ જ્ઞાનપ્રસારક સભા." અને
તત્ત્વ "ભાવપ્રકાશ ભાષાંતર."

સંપર્ક:

"નિર્ણયસાગર" છાપખાનામાં છપાવ્યું.

સપ્ત ૧૯૪૫ રાત્રિ ૧૯૮૬.

કિંમત ૮ આના.

૩૮૩૫

શ્રીમદ્ બોપદેવ પંડિત વિરચિત,

બોપદેવ શતક.

મૂળ શ્લોક સહિત ગુર્જર ભાષાંતર

Agues come on horse back,
but go on foot.

રોગી તેમજ નિરોગી સર્વેને ઉપયોગી થવા સારૂ

અસિદ્ધ કરનાર,

જેરામ વિ. રધુનાથ.

પ્રમુખ “વૈદિક જ્ઞાનપ્રસારક સભા.”

તંત્રી “ભાવપ્રકાશ ભાષાંતર.”

—૦૦:૦૫:૦૦—

મુંબઈ:

“નિર્ણયસાગર” છાપખાનામાં છપાવ્યું.

સંવત્ ૧૯૪૫. સન ૧૯૮૯.

કિંમત ૮ આના.

*Registered for Copy-Right and
for Translation under the
Government of India's
Act XXV. of 1867.*

અર્પણ પત્રિકા.

સર્વ શક્તિવાન, સર્વજ્ઞ, સર્વ સાક્ષી, સર્વ
આપક, અર્થિત્ય, અર્ણુનિય, નિર્વિકારી,
નિરંજન, મહાન, પરબ્રહ્મ, અદ્વિતીય, નિત્ય,
બુદ્ધિને અગ્રાહ્ય, અનંત, દેશ કાળ મર્યાદા-
તીત, સત્ય અને વૈભવનો ઝરો, દયા અને
ન્યાયનો મહાસાગર, પ્રેમ અને આનંદનું મૂળ
સ્થાન, સર્વ કારણોનું આદિ કારણ, શાશ્વત,
અનાદ્યંત, નિર્બળનું બળ, નિરાશ્રિતનો આ-
ધાર, અજન્મા, અવિનાશી, પ્રકાશિત, અ-
શરિરી, અચ્છેદ્ય, પવિત્ર, પાપરહિત, પૂર્ણ
જ્ઞાન સ્વરૂપ, મનો નિયંતા, માયા રહિત,
સ્વતઃસિદ્ધ, શાશ્વત સુખ અને ખૂશીનું નિ-
રંતર વહન કરતું ઝરણુ, પ્રકાશનો પ્રકાશ,

ઉત્પત્તિ સ્થિતિને લય કરનાર, અતિ સૂક્ષ્મ,
ચિન્માત્ર, અદૃશ્ય, દ્રષ્ટા, અભેદ, પરિપૂર્ણ,
નિર્વિશેષ, અમરપણુનો પૂલ, સૂર્ય ચંદ્ર અગ્નિ
અને તારા જેને પ્રકાશિત કરી શકતાં નથી
એવો, પોતાનું પોતાનામાં જીવિત ચલાવ-
નાર, શાશ્વત અને સતત્ આનંદરૂપ જે ભ-
ક્તવત્સળ પ્રભુ, તેને આ નાનું પુસ્તક તેના
આજ્ઞાંકિત ને નમ્ર ભક્ત જેરામ વિ.
રઘુનાથે સવિનય પ્રેમ ભક્તિ પૂર્વક રોમાં-
ચિત થઇ અર્પણ કર્યું છે.

પ્રસ્તાવના.

મનુષ્યની હુંદગી બાળપણું, જીવાની, અને વૃદ્ધાવસ્થા એમ ત્રણ ભાગમાં વહેંચાયેલી છે. દુનિયામાં જે યશ માણસો મેળવેછે તે ભાગ જીવાનીનો છે. બાળપણમાં વિદ્યા મેળવી, જીવાનીમાં તેનો ઉપયોગ કરી યશ અને પૈસા મેળવવા, અને ઘડપણમાં સુખશાન્તિમાં દિવસો નિર્ગમન કરવા, એ જાડી નજરે જોતાં સંસારસુખ છે, એમ સર્વત્ર મનાયલું છે. એ ત્રણે સ્થિતિનાં બધાં કર્તવ્ય નિર્વિઘ્ન અને જોઈએ તેવી રીતે પાર પાડવામાટે એ ત્રણે સ્થિતિમાં શરીરની આરોગ્યતા રાખવાની પહેલી જરૂર છે.

આજ દિવસસુધીમાં આ વિષયમાં ઘણું અજવાળું પડ્યું છે, અને અમારા તરફથી કેટલાક વૈદ્યવિદ્યાના ઉત્તમ ગ્રંથો બહાર પડ્યા છે તે પડતા જાયછે; તદ્દપી સર્વ લોકો આવા ઉપયોગી વિષયના ગ્રંથનો લાભ થોડી કિંમતમાં લઈ

શકે એવા હેતુથી મારા કેટલાક સ્નેહીઓની સલાહથી આ નાનું પુસ્તક બહાર પાડવામાં આવ્યું છે. કે જે, મને આશા છે કે, અભિલાષી દરદીઓને પૂર્ણ ઉપયોગી થઈ પડશે, એટલુંજ નહીં પણ તંદુરસ્ત માણસોને પણ આમાંથી આરોગ્યતા જાળવી રાખવાના કેટલાક કિંમતી નિયમો તથા તેની સાથે ખરૂં બળ વધારવાના ઉત્તમ ઉપાયો મળી આવશે.

પ્રસિદ્ધ કર્તા.

બોપદેવ શતકની અનુક્રમણિકા.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
મંગળાચરણ ...	૧	અગ્નિમુખ ચૂર્ણ... ૧૩	
ચૂર્ણાધિકાર.		સિતોપલાદિ ચૂર્ણ ... ૧૫	
વિજય ચૂર્ણ ... ૨		ગુટિકાધિકાર.	
લવંગાદિ ચૂર્ણ ... ૩		કૃષ્ણ મોદક ... ૧૬	
ચાતુર્જતાદિ ચૂર્ણ ... ૪		માણિભદ્ર મોદક... ૧૭	
ધાન્યાદિ ચૂર્ણ ... ૫		હિંગ્વાદિ ગુટિકા... ૧૭	
નારાયણ ચૂર્ણ ... ૬		દાન્યાદિ ગુટિકા... ૧૮	
નારસિંહ ચૂર્ણ ... ૭		સુરણ વટિકા ... ૧૯	
ભાંડાર્યાદિ ચૂર્ણ... ૮		કાંકણન ગુટિકા... ૧૯	
ભારકર ચૂર્ણ ... ૯		ત્રિજ્ઞતાદિ મોદક ૨૦	
આભાદિ ચૂર્ણ ... ૧૦		દીપ્યાદિ મોદક ... ૨૧	
હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ ... ૧૧		તાલીસાદિ મોદક. ૨૨	
ખાંડવ ચૂર્ણ ... ૧૧		શંખૂકાદિ વટિ ... ૨૨	
શાર્દૂલ ચૂર્ણ ... ૧૨		કૈશોરક ગુગ્ગુલ ... ૨૩	

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
ચોગરાજ ગુગુલ...	૨૪	ચિત્રક હરીતકી	
આભાદિ વટક ...	૨૫	નામાવલેહ ...	૩૭
ખાદિરી ગુટિકા...	૨૬	દંતી શિવા નામા-	
કોલાદિ ગુટિ ...	૨૮	વલેહ... ...	૩૮
દંસાદિ વટક ...	૨૮	વ્યાધી પર્યાવલેહ	૩૯
મધુ વટક... ...	૨૯	રિંગણી અવલેહ	૪૦
ઓજરકરી ગુટિકા	૩૦	કુટખાવલેહ ...	૪૧
અંજની ગુટિકા...	૩૧	ખદિરાધવલેહ ...	૪૨
અવલેહાધિકાર.		કલ્યાણકાવલેહ ...	૪૩
કૃષ્ણાંડાવલેહ ...	૩૨	અવન પ્રાશાવલેહ	૪૩
અગસ્તિ હરીતકી		અક્ષાવલેહ ...	૪૫
અવલેહ ...	૩૩	પંચજીરકાવલેહ ...	૪૫
આર્દ્રકાવલેહ ...	૩૪	ધૃતાધિકાર.	
ભાર્ગીશીવાનામા-		ષટ્પલ ધૃત ...	૪૬
વલેહ ...	૩૫	વજ્ર ધૃત ...	૪૭
કુંસ હરીતકી નામા-		રાસ્નાદિ ધૃત ...	૪૮
વલેહ... ...	૩૬	કલ્યાણ ધૃત ...	૪૮
વાસા હરીતકી		ફળ ધૃત ...	૪૯
અવલેહ ...	૩૬		

વિષય.	પૃષ્ઠ.
પંચ ગાય ધૃત ...	૫૦
બિંદુ ધૃત ...	૫૧
જાલ્યાદિ ધૃત ...	૫૨
ચાંગેરી ધૃત ...	૫૨
ધન્વંતરી ધૃત ...	૫૩
આરૂષ ધૃત ...	૫૪
સુકુમારક ધૃત ...	૫૫
બૃહતપંચમુળાધધૃત	૫૬
અષ્ટાંગ ધૃત ...	૫૭
તિક્ત ધૃત...	૫૭
નારસિંહ ધૃત ...	૫૮

તૈલાધિકાર.

પ્રસારણી તૈલ ...	૬૦
માષ તૈલ ...	૬૨
ક્ષાર તૈલ ...	૬૩
શતાવરી તૈલ ...	૬૪
વજ્ર તૈલ ...	૬૫

વિષય.	પૃષ્ઠ.
નારાયણ તૈલ ...	૬૫
બલા તૈલ ...	૬૭
અન્વાસન તૈલ ...	૬૮
પટ્બિંદુ તૈલ ...	૬૯
મૂર્વાદિ તૈલ ...	૬૯
લાક્ષા તૈલ...	૭૦
ગુડૂચ્યાદિ તૈલ ...	૭૧
મહાનીલ તૈલ ...	૭૧
બ્રાહ્મી તૈલ ...	૭૩

ઝવાથાધિકાર.

મહા ઝવાથ ...	૭૩
ત્રિરાસ્નાદિ ઝવાથ	૭૫
મૂર્વાદિ ઝવાથ ...	૭૬
દાર્વાદિનિરૂહ ...	૭૭
દ્રાક્ષાદિ ...	૭૮
ભૂનિંબાદિ...	૭૯
વિષાણ્યાદિ ઝવાથ	૭૯
શૃંગ્યાદિ ઝવાથ ...	૮૦

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
પથ્યાદિ હિમાદિશ્ચ	૮૦	દ્રાક્ષાદિ ક્વાથ ...	૮૭
અતિવિષાદિ ક્વાથ	૮૧	તિલ ક્વાથ ...	૮૭
મુસ્તાદિ ક્વાથ ...	૮૧	શુંડી ક્વાથ ...	૮૭
ગોક્તુરાદિ ક્વાથ...	૮૨	બીજો શુંડી ક્વાથ	૮૭
હરિદ્રાદિ ક્વાથ ...	૮૨	રાસ્નાદિ	૮૮
દીપ્યાદિ ક્વાથ ...	૮૩	ત્રીજો શુંડયાદિ ક્વાથ	૮૮
દાબ્યાદિ	૮૩	ફલગ્વાદિ	૮૮
ત્રિકુળાદિ	૮૩	ધાત્રી ક્વાથ ...	૮૯
ચંદનાદિ	૮૪	છિન્નાદિ	૮૯
બ્યાધ્યાદિ	૮૪	પાલિંઘાદિ... ..	૮૯
શૂંગ્યાદિ	૮૫	અમૃતાદિ... ..	૯૦
પવાદિ	૮૫	શૂંગ્યાદિ	૯૦
બ્યાધ્યાદિ	૮૬	અંથ શેષ	૯૧
આટરૂપક ક્વાથ...	૮૬	પારિભાષિકશબ્દકોશદ્વારા	

દિનચર્યા, રાત્રીચર્યા, ઋતુચર્યાની, અનુક્રમણિકા.

વિષય.

પૃષ્ઠ.

દિનચર્યા.

સવારે ઝ્યારે ઉઠવું અને પ્રથમ શું કરવું. ...	૩
દાતણનો પ્રકાર.	૫
જીભની ઓળી ઉતારવાના સાધનવિષે. ...	૭
કોગળા કરવાવિષે.	૮
મોહોડું ઘોવાવિષે.	૮
નાકમાં ટીપાં નાખવાવિષે.	૯
આંખમાં સુરમા નાખવાવિષે.	૯
હજમત કરાવવાવિષે.	૧૦
રાખેલા કેશનો જયો સાફ કરવાવિષે. ...	૧૧
અરીસો જોવાવિષે.	૧૧
કસરત કરવાવિષે.	૧૧
તેલ ચોળાવવાવિષે.	૧૩
શરીરમાં લોટ આદિચુર્ણ પદાર્થો ચોળવાવિષે.	૧૫

વિષય.	પૃષ્ઠ.
વસ્ત્ર પેહેરવાવિષે.	૧૬
લેપન કરવાવિષે.	૧૯
કુલ તથા ધરેણું આદિ પહેરવાવિષે. ...	૧૯
ભોજનનો સમય થતાં શું કરવું.	૨૧
ભુખ્યું કે તરસ્યું નહીં રહેવાવિષે તથા ઉંધને નહીં અટકાવવાવિષે.	૨૧
ભોજન કરવાના સમય.	૨૩
રસ, દોષ તથા મળ પાકી ગયા શી રીતે જણાય.	૨૪
આહાર તથા મળમૂત્ર કરવાના સ્થાનકવિષે....	૨૪
જમવાના વાસણવિષે.	૨૪
પાણી પીવાના વાસણવિષે.	૨૫
જમવામાં પ્રથમ શું ખાવું ?	૨૬
ભોજનના આરંભમાં કોઈની ખરાબ નજર પડવાના દોષનો નાશ કરવાસારૂં બ્રહ્મા આદિનું સ્મરણ કરવાવિષે.	૨૭
ડ્યા અનુક્રમથી જમવું.	૨૮
કેવું જમવું અને જમતાં કેટલી વાર લગાડવી.	૨૯
પેટમાં ભારે પડે એવા પદાર્થોનું વિવેચન.	૩૦

વિષય.	પૃષ્ઠ.
સ્વભાવથીજ ભારે પડનાર સંસ્કારથી ભારે પડનાર અને સ્વભાવિક હલકા પદાર્થોથી	
કેટલી તૃપ્તિ કરવી તેવિષે.	૩૧
નહીં પાકેલા અન્નનું શું થાયછે.	૩૨
અયોગ્ય અન્નથી શું થાયછે.	૩૨
વિષમ ભોજન વિષે.	૩૩
સમય વગર જમવાથી હરકત.	૩૩
જમવાનું વજન અને અનુક્રમ.	૩૪
જમ્યા પછી શું કરવું....	૩૯
જમતાં વેત ઉત્પન્ન થએલા કફનું નિવારણ.	૪૧
નાગરવેલનાં પાનવિષે.	૪૧
સોપારીવિષે.	૪૨
કાથા તથા ચુનાવિષે.	૪૩
પાન, કાથો તથા ચુનો ભેળાં કરીને ખાવાવિષે.	૪૩
જમીને ફરવાવિષે.	૪૫
કેવી રીતે સુવું.	૪૫
કેવા શયનપર સુવું.	૪૫
અંગ અંપાવવાવિષે.	૪૬

વિષય.	પૃષ્ઠ.
કેવો ધવન સેવવો.	૪૬
દિવસે સુવાવિષે.	૪૯
ભોજન કર્યા પછી નિદ્રા કરવા વગેરેથી શું થાયછે.	૫૦
અજીર્ણ થવાનાં કારણો.	૫૧
અજીર્ણ થતાં નહીં જમવાવિષે.	૫૨
સાંજે ખાધેલું અજીર્ણ હોય તો સવારે કેમ કરીને જમવું.	૫૩
દિવસે સ્ત્રીના સંભોગવિષે.	૫૩
ખેસવા, પંથ કરવા તથા સેહેજ કરવાવિષે.	૫૩
પાઘડી પહેરવાવિષે.	૫૪
પગરખાં પહેરવાવિષે.	૫૪
છત્ર ઓઢવાવિષે.	૫૫
હાથમાં લાકડી રાખવાવિષે.	૫૫
પાલખી આદિ વાહનોવિષે.	૫૫
તડકા, છાયા, વૃષ્ટી, ધમધોર, અગ્નિ અને ધુવાડાવિષે.	૫૬
કેવી વર્તણૂક રાખવી.	૫૭

વિષય.

પૃષ્ઠ.

રાત્રીચર્યા.

ચાંદની વગેરેના ગુણ....	૬૨
રાતે ક્યે વખતે અને કેવું જમવું.	૬૩
મૈથુન વિષે.	૬૩
જાગવા તથા ઊંઘવાવિષે.	૬૯
રાતે અગ્રેવાયુ નહીં ચાલવાનો ઉપાય.	૭૦
સૂર્યોદયથી પહેલાં આઠ અંજલિ પાણી પીવા વિષે.	૭૦

ઋતુચર્યા.

ઋતુઓનાં સ્વરૂપ.	૭૨
ઋતુઓનાં ગુણદોષ.	૭૪
એક અહોરાત્રમાં પણ છ ઋતુઓના સ્વભાવ દેખાવાવિષે.	૭૬
કાળ નહીં છતાં પણ દોષોના વૃદ્ધિઆદિ થવાનું નિરૂપણ.	૭૭
દોષની વૃદ્ધિ થવાનાં કારણો.	૭૭
વૃદ્ધિ થવાના સમયમાંજ દોષોને ઓછા કરવા વિષે.	૭૮
વર્ષા ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.	૭૮
શરદ્ ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું....	૭૯

વિષય.	પૃષ્ઠ.
હેમંત ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.	૮૧
શિશિર ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.	૮૧
વસંત ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.	૮૧
ગ્રીષ્મ ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.	૮૨
ઋતુચર્યામાં કલ્પાપ્રમાણે ચાલવાથી ગુણ. ...	૮૩

॥ श्रीः ॥

॥ अथ वोपदेवशतकप्रारंभः ॥

भंगलाचरण.

भैषज्यद्विजतारकाधिपतिरप्येति क्षपेशः क्षय-
क्षीणांगः शरणं शरण्यगणनाग्रण्यं यमार्तिच्छिदं ॥
तं देवं तरणिं प्रणम्य सरुजां सौख्याय कु-
र्मः शतश्लोकीं षोडशकोक्तचूर्णगुटिकालेहाज्यतैलो-
दकां ॥ १ ॥

औषधि, आक्षुष्य अने नक्षत्रोने अधिपति
छतां क्षयरोगथी दुर्भण थअलो अंद्र, पीडा भटा-
उनार तथा शरणे आवनारनी रक्षा करनार ने
देवनी शरणे नयछे, ते सूर्यने नभस्कार करी रोगी
भनुष्योना सुખवास्ते सोण सोण श्लोकोथी अर्णु,
गोणीआ, अवलेड, धी, तेल अने क्वाथनुं निश्-

(૨)

પણુ કરનાર શતશ્લોકી નામનો ગ્રંથ હું (બોપ-
દેવ) રચ્યું છું.

વિજય ચૂર્ણ.

શ્રીદીપ્યોગ્રામિહિંગુદ્ધિવિષમિશિટ્ટકીચવ્યતિ-
ક્તાપટૂનિ ગ્રંથિક્ષારેંદ્રજત્રિકૃત્રિકમિતિ વિજયઃ
સોષ્ણકૈરંડતૈલઃ ॥ હંત્યર્શઃકાસગુલ્મગ્રહણિકમિ-
રુજઃ પાંડુરુભૂતશૂલશ્વાસઙ્ગીહપ્રમેહાન્ જ્વરમરુ-
ચિમુદાવર્તવર્ધ્મામવાતાન્ ॥ ૨ ॥

બીલી, અજમોદ, વજ, ચિત્રક, હીંગ, કાળું
અતિવિષ, ઘોળું અતિવિષ, વરીયાળી, કાળીપાડ,
ચવક, કડુ, પંચલવણુ (મીઠું, બીડલૂણુ, ટંકણુખાર,
સિંધાલુણુ અને સંચળ) પીપળીમૂળ, જવખાર, ઇંદ્ર-
જવ, ત્રિક્ષણ (હરડાં, બેડાં ને આંબળાં) ત્રિકટુ
(સુંઠ, મરી, પીપર.) અને ત્રિસુગંધ (એળચી,
તજ ને તમાલપત્ર) એ ઔષધો સમભાગે લઈ
તેનું ચૂર્ણ કરી તોલા ૧ સુધીની માત્રામાં ચાર
તોલા ઉનું પાણી અને એરંડીયું તેલ નાખી તે

ચૂર્ણ ખાવાથી હરસ, ઉધરસ, ગુદમ, સંગ્રહણી,
બરલ, પ્રમેહ, અરિચિ, ઉદાવર્ત, બદ અને આ-
મવાત મટેછે.

લવંગાદિ ચૂર્ણ.

અર્ધશ્વેતં લવંગાગરુતગરુતુગાત્વક્કણાશીતશું-
ઠી જીરોશીરેભજાતીફલનલદજલેલોત્પલૈલેદુચૂર્ણ ॥
દોષાર્તેડલ્પાસ્ત્રશુક્રજ્વલનબલરુચૌ ગુલ્મમેહપ્રતિ-
શ્યાહિક્કાકાસાતિસારક્ષયતમકગલોરોગ્રહેષુ ગ્રહ-
ણ્યામ્ ॥ ૩ ॥

લવંગ, અગર, તગર, વંસલોચન, તજ, પીપળ,
રતાંજલિ, સુંઠ, જીરું, વાળો, નાગકેસર, જયફળ,
જટામાંસી, કાળોવાળો, ચીનીકબા, જમીનપરનું
કમળ, એળચી, અને ભીમસેની બરાસ એ સર્વ ઔ-
ષ્ધો સમભાગે લઈ તેના ચૂર્ણમાં અર્ધ ભાગે સાકર
મેળવી ખાવાથી વાત, પિત્ત અને કફની પીડા,
લોહીની ક્ષીણતા, વીર્યહીનપણું, મંદાગ્નિ, બળહાનિ,
અરિચિ, ગુદમ, પ્રમેહ, શરદી, હેડકી, ખાંસી,

ઝાડો, ક્ષય, દમ, કંઠ અને છાતીનું ઝલાર્થ જાતું અને સંગ્રહણી મટે છે.

ચાતુર્જતાદિ ચૂર્ણ.

ચાતુર્જાતતુગા દ્વિજીરકધના તાલીસસારા દ-
શાક્ષાત્તક્ષામ્લકપિત્થષટ્કટુકવર્યામ્લદ્વિદોષ્યાશ્ચ
ષટ્ ॥ ચૂર્ણસ્તુલ્યસિતો બલાગ્નિરુચિમાકૃત્છીહમૂઢા-
નિલસ્વાસાડર્શઃકસનવ્યથાજ્વરવમીઢત્કંઠજિહ્વાર્તિ-
જિત્ ॥ ૪ ॥

તજ, તમાલપત્ર, એળચી, નાગકેસર, વંશલો-
ચન, જીરું, શાહજીરું, ધાણુ, તાલીસપત્ર, દાડમની
છાલ એ દશ ઔષધો અક્ષ અક્ષ (સોળ માસા)
પ્રમાણે લેવાં અને આંબલીની છાલ, કોઠની છાલ,
મુંઠ, પીપળ, મરી, ચવક, ચિત્રક, પીપળીમૂળ,
અજમોદ, આંલેડાં, અજમા, ખુરસાણી અને
અજમોદ એ બાર ઔષધ અર્ધ અક્ષ પ્રમાણે લઈ
તેનું ચૂર્ણ કરી તેમાં તેટલીજ સાકર નાખી ખા-
વાથી બળ, અગ્નિ, રૂચિ અને કાંતિ વધેછે તથા

(૫)

બરલ, મૂઢવાયુ, શ્વાસ, હરસ, ઉધરસ, તાવ, ઉલટી, લેહ્ય, કંઠ અને જીભની પીડા મટેછે.

ધાન્યાદિ ચૂર્ણ.

ધાન્યાજાજીયવાનીરુચકજલચતુર્જાતવિશ્વોષ-
નાગ્નિગ્રંથ્યેકાંશં ત્રિભાગં કરકકળમદાદીપ્યવૃ-
ક્ષામ્લબિલ્વં ॥ શ્વેતાષટ્કં કપિત્થાષ્ટકમિદમરુચિં
ગુલ્મયક્ષ્મપ્રતિશ્યાતીસારાઽર્શોમ્નિસાદગ્રહણિગલ્ગ-
દશ્વાસકાસાન્નિહંતિ ॥ ૧ ॥

ધાણા, કાળીજીરી, અજમા, સંચળ, વાળો, ચ-
તુર્જાત (તજ, તમાલપત્ર, એળચી અને નાગકે-
સર) સુંઠ, મરી, ચિત્રક અને પીપળીમૂળ એ ઔ-
ષધો એક એક ભાગ, દાડમની છાલ, પીપળ, ધા-
વણીનાં ફૂલ, અજમોદ, આંબલીનો ગર અને
ખીલીનો ગર્ભ એ ઔષધો ત્રણ ત્રણ ભાગ, સાકર
છ ભાગ અને કોઠનો ગર્ભ આઠ ભાગ લઈ તેનું
ચૂર્ણ ઉપયોગમાં લેવાથી અરુચિ, ગુલ્મ, ક્ષય, શ-
રદી, ઝાડો, હરસ, મંદાગ્નિ, સંગ્રહણી, કંઠરોગ, ઉ-
ધરસ, અને શ્વાસ એ રોગો મટેછે.

નારાયણ ચૂર્ણ.

સ્વર્ણક્ષીરીકબરિહપુષાવ્યોષવેલ્લોત્તમાગ્રિકારૌ
જીરે મિશિસઠિધના પૌષ્કરં ગ્રંથિષ્ઠ્વી ॥ રુગ્દી-
પ્યોગ્રાચિલપટુસમં સપ્તલૈઘ્યૌ ચતુર્દિદિસ્ટિર્દતી ત્રિ-
વૃદિતિ મતશ્ચૂર્ણનારાયણોઽયં ॥ ૬ ॥

પેયોર્શઃપરિકર્તિગુલ્મજઠરાનાહાનિલવ્યાધિવિ-
ટ્સંગે દાહિમતિત્તિહીકબદરાંભસ્તક્રમઘૈઃ ક્રમાત્ ॥
ઈરામસ્તુભિરુષ્ણકૈસ્તુ વિષપાંડુલપાશ્ર્યજીર્ણજ્વરે કા-
સશ્વાસમગંદરગ્રહણિરુક્ઢત્કુષ્ઠકંઠગ્રહે ॥ ૭ ॥

દાડી, અજમોદ, હોશ, સુંઠ, મરી, પીપર,
વાવડીંગ, હરે, બેહેડાં, આંબળાં, ચિત્રક, જવ-
ખાર, સાજીખાર, જીરું, શાહજીરું, વરીઆળી,
કચુરો, ધાણા, એરડાનું મૂળ, પીપળીમૂળ, બહુ-
ફળી, કઠ, અજમા, વજ અને પંચલવણ એ સમ-
ભાગે અને સપ્તપર્ણુ (સાતવણુ) ચાર ભાગ, ઈં-
દ્રવારણાં બે ભાગ, નેપાળો બે ભાગ અને નસો-
તર ત્રણ ભાગ લઈ એ સર્વનું ચૂર્ણ કરી દાડમની

છાલનો રસ, આંબલીનો રસ, બોરડીનો ક્વાથ,
છાસ, મધ, મધનો મંડ અને દહીનાં ઘોળવા સાથે
ખાવાથી ક્રમપ્રમાણે હરસ, ગુદશૂળ, ગુદમ, ઉદર
રોગ, આક્રો, વાતવ્યાધિ અને મળબંધ એ સાત
વ્યાધિ મટી જાયછે. ઉના પાણીની સાથે ખાવાથી
વિષવિકાર, પાંડુરોગ, મંદાગ્નિ, અજીર્ણ, તાવ, ઉ-
ધરસ, શ્વાસ, ભગંદર, સંગ્રહણી, તદ્દયના રોગ,
કોઠ તથા કંઠના રોગ મટેછે.

નારસિંહ ચૂર્ણ.

વ્યોષાષ્ટાઘ્રં દશાઘ્રેઃ કિટિતપનસિતા દ્વિત્રિસ-
પ્તાહતાસ્તે પ્રસ્થઃપ્રસ્થો વિદારીત્રિકટુતિલવરીમ્યસ્તુ-
લાંઘિર્ગુહૂચ્યાઃ ॥ શ્વેતાર્ધં મધ્વતોર્ધં વૃતમિતિ મિ-
લિતો નારસિંહોઽતિવલ્યો વૃણ્યઃ સ્યાત્કુષ્ઠમેહોદર-
પલિતવલીપીનસાંધ્યશ્મકાસઃ ॥ ૮ ॥

સુંઠ, પીપળ, મરી એ ૩૨ તોલાં, ચિત્રકમૂળ
૪૦ તોલા, વારાહીકંદ (કુકરકંદ) ૮૦ તોલા, ભી-
લામાં ૧૨૦ તોલા, સાકર ૨૮૦ તોલા, વિદારીકંદ
૬૪ તોલાં, ગોખરૂ ૬૪ તોલા, કાળા તલ ૬૪ તોલા,

શતાવરી ૬૪ તોલા, ગળો ૧૦૦ તોલા, મધ ૧૪૦ તોલા, અને ધી ૭૦ તોલા એ સર્વ એકઠાં કરી કરેલું નારસિંહ ચૂર્ણ, બળ તથા પુષ્ટિ વધારેછે. કોઠ, પ્રમેહ, ઉદર રોગ નાની અવસ્થા છતાં ઘોળા વાળ, શરીરની ચામડીની દીલી પડી થએલી કરચલી, પીનસ, મંદદષ્ટિ અને ઉધરસ મટારેછે.

ભાહર્ગ્યાદિ ચૂર્ણ.

માર્ઙ્ગીતુંબરુદારુદીપ્યમિશિયુગંતોદ્વિજીરત્રિવૃ-
ત્કોલૈંદ્રીપ્થુવેલ્લસિંધિભક્ષણાહિંગ્વાદિલુંગાદિતં ॥
મૂત્રક્ષારકુલત્થસારવદરાંમસ્ત્રક્રપેયાપસો મસ્તૂષ્ણાં-
બુમુરાજ્યપીતમધિકં યુક્તયા તથૈષાં વૃતમ્ ॥ ૯ ॥

ભારંગીનાં મૂળ, તુંબડી, દેવદાર, અજમોદ, વરીયાળી, સુવા, દંતી મૂળ (નેપાળાનાં મૂળ) જૂં, શાહજૂં, નસોતર, જોર, ઇંદ્રવારણા, મોટી એળચી, વાવડીંગ, નગડનાં પાન, ગજપીપર, અને હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ (અગ્નિઆરમા શ્લોકમાં કહેવાનું છે તે) એ ઔષધો બીજેરાના રસથી મેદન કરી ગોમૂત્ર, જવખાર-સાજખારનું પા-

ણી, કળથીનો ક્વાથ, દાડમનો રસ, જોરડીનો ક્વાથ, છાસ, રાખ, ડેંટડીનું દુધ, દહીનું ઘોળનું, મધ, ઉનું પાણી, અને ધી એએઆમાંથી એક અનુપાનની સાથે ખાય તો નારસિંહ ચૂર્ણ પ્રમાણે જ ગુણ થાયછે. તેમજ તે ચૂર્ણનું ધી પકાવે તો પણ તેવો જ ફાયદો મળેછે.

ભાસ્કર ચૂર્ણ.

તાલીસગ્રંથિધાન્યેભવરવિડકણાકૃષ્ણજીરચ્છ-
દામ્ભં સામુદ્રં વિશ્વજીરોષણમથ રુચકં ત્વક્ત્રુટી-
દાડિમં તૈઃ ॥ વિંશત્યષ્ટત્રિપંચૈકચતુરવયવૈર્માસ્ક-
રોન્નેઽથવામ્લૈર્ગુલ્મામાર્શોત્તિકાસગ્રહણિજઠરહૃત્ત્વગ્ગ-
દશ્લેષ્મવાતે ॥ ૧૦ ॥

તાલીસપત્ર, પીપળીમૂળ, ધાણા, નાગકેસર, સીંધાકુણુ, બિડલવણુ, પીપળ, શાહજીં, તમાલ-
પત્ર, અમ્લવેતસ એ દશ ઔષધો બબે તોલા,
મીઠું ૮ તોલા, મુંક, જીં, મરી ૧ તોલો, સંચળ
૫ તોલા, તજ ૧૧ તોલો, એળચી ૧૧ તોલો,

(૧૦)

દાડમ ૪ તોલા એ સર્વનું ચૂર્ણ કરી ચોખા સાથે
અથવા અમ્લ પદાર્થ (છાસ, કાંજી, ઘોળવું વગેરે)
સાથે લેવાથી ગુલ્મ, આમાજીર્ણ, હરસ, શૂળ, ઉ-
ધરસ, સંગ્રહણી, ઉદર રોગ, તદ્દય રોગ, ત્વચા
રોગ, કફ અને વાયુ મટેછે.

આભાદિ ચૂર્ણ.

આમા રાસ્ત્રા દિવરિ હપુષા વૃદ્ધદાર્વશ્વગંધા
દીપ્યચ્છિન્નોષધિમિશિયવાન્યોઽથ નૂર્ણઃ સ પેયઃ ॥
મન્યાસ્ત્રાયૂદરહનુકટીમજ્જસંધ્યસ્થિવાતે ગૃધ્રસ્યાં
સક્થિ ચોપ્પોદકરસસુરામસ્તુતક્રાજ્યયૂષૈઃ ॥૧૧॥

આખચી, રાસ્ત્રા, બે પ્રકારની શતાવરી, હોંસ,
વર્ધારો, આસોંદ, અજમોદ, ગળો, મુંઠ, વરીઆળી,
અજમા એ સમભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી ઉનું પાણી,
માંસરસ, મધ, દહીનું ઘોળવું, છાસ, ધી, યૂષ
(ચોખાના એસામણ અથવા કનેરી) સાથે લે-
વાથી ડોકનો વાયુ, શિરાગત વાયુ, ઉદર, ડાઢી
ઝલાઈ હોય તે, કટિ, મજ્જા, અસ્થિ અને સાંધા

એ ચાર જગાનો પવન, ગૃધ્રસી વાયુ અને સા-
થળના વાયુને મટાડે છે.

હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ.

હિંગ્વમ્લત્રિપટૂગ્રષટ્કટુસઠી. વૃક્ષામ્લદીપ્યાહ્ન-
કા પાઠાજાજ્યજગંધમૂલહપુષા દ્વિક્ષારસારામયા ॥
હિક્કાધ્માનવિબંધવર્ધ્મકસનશ્વાસાગ્રિસાદારુચિહ્ની-
હાર્શોઽશ્વિલશૂલગુલ્મગલહૃદ્રોધારમપાંડુપ્રણુત્ ॥ ૧૨

સેકેલી હીંગ, અમ્લવેતસ, સૈંધવ, સંચળ, બિ-
ડલવણુ, વજ, પદકકુ (સુંઠ, પીપર, મરી, ચવક,
ચિત્રો અને પીપળીમૂળ) કચુરો, આંબલી જી-
નીનો ગર, અજમોદ, ધાણુ, કાળીપાડ, જીરું, અ-
જમા, એરડાનું મૂળ, હોંસ, સાજીખાર, જવખાર,
દાડમની છાલ, અને હરડે એ ઔષધોનું ચૂર્ણ, હે-
ડકી, આફરો, મલબંધ, બદ, કાસ, શ્વાસ, મંદા-
ગ્નિ, અરચિ, બરલ, હરસ, સર્વ પ્રકારનાં શૂળ,
ગુલ્મ, કંઠ રોગ, મૂંઝ અને પાંડુરોગ મટાડે છે.

ખાંડવ ચૂર્ણ.

તુલ્યં તાલીસચવ્યોષળલવણગજં દ્વિઃકણાગ્રં-

થયજાજી વૃક્ષામ્લાગ્રિત્વચં ત્રિર્ધનવદરધનૈલાજમો-
દામ્લવિશ્વમ્ ॥ સાર્ધશ્વેતોઽઘ્રિસારોઽતિમૃતિકૃમિ-
વમૌ ક્વાંડવો રુચ્યજીર્ણે ગુલ્માધ્માલપાનલાસ્યોદર-
ગલગુદહન્મૃદ્ગદશ્વાસકાસે ॥ ૧૩ ॥

૧ તોલું તાલીસપત્ર, ૧ ચવક, ૧ મરી, ૧ સૈંધવ,
૧ નાગકેસર, ૧ પીપર, ૨ પીપળીભૂળ, ૨ જીરું, ૨ આં-
બલીનો ગર, ૨ ચિત્રકની છાલ, ૨ તજ, ૩ મોથ, ૩
બોર, ૩ ધાણુ, ૩ એળચી, ૩ અજમોદ, ૩ અમ્લ-
વેતસ, ૩ સુંઠ, અને સાકર ૧૯ તોલા અને દાડ-
મની છાલ ૯૫૫ તોલા લઈ તેનું કરેલું ચૂર્ણ, અતિસાર,
કૃમિ, ઉલટી, અરૂચિ, ગુદમ, આક્રો, મંદાગ્નિ, મુ-
ખરોગ, ઉદર, ગળાના રોગ, હરસ, ત્વદ્વયના રોગ,
મૃત્તિકાજન્ય રોગ, શ્વાસ અને કાસ મટાડે છે.

શાર્દૂલ ચૂર્ણ.

હિંગૂગ્રા બિડશુંઘજાજિવિષયા વાત્યાહ્વકુષ્ઠં
ત્રિવૃદંત્યાંશોત્તરમર્ત્તિગુલ્મજઠરે શાર્દૂલમુષ્ણાંબુના ॥

દીપ્યસ્તુંબરુપૌષ્કરં ત્રિલવણં ક્ષારોભયાજંતુજિદ્વચોષં
 હિંગુયુતસ્ત્રિવૃત્તિરુદરાઽર્શોરુગ્રહેઽદ્વિર્યવાત્ ॥૧૪॥

હીંગ ૧ તોલા, વજ ૨ તોલા, બિડલવણુ
 ૩ તોલા, મુંક ૪ તોલા, જીરું ૫ તોલા, હરડાં
 ૬ તોલા, એરડાનાં મૂળ ૭ તોલા, કઠ ૮ તોલા,
 નસોતર ૯ તોલા, દાતીમુલ ૧૦ તોલા લઈ કરેલું
 શાદૂલ ચૂર્ણ ઉના પાણીની સાથે ખાવાથી શૂળ,
 ગુદમ અને ઉદર રોગ મટે છે.

અજમા, તુંબડી, એરડાનું મૂળ, સૈંધવ, સંચળ,
 બિડલવણુ, જવખાર, હરડે, વાવડીંગ, મુંક, પી-
 પળ, મરી અને હીંગ એ સર્વ સમભાગે લઈ એ
 સર્વથી ત્રણગણું નસોતર નાખી જવના ક્વાથ
 સાથે ખાવાથી ઉદર, હરસ, શૂળ, અને આદરો
 મટે છે.

અગ્નિમુખ ચૂર્ણ.

ક્ષારૌં જીરે મુરનતચતુર્જાતિષટ્કટ્વિભાદ્વા માઙ્ગી-
 દાર્વીદ્રિયવહપુષાસારધાત્ર્યઃ પટૂનિ ॥ કુંભાબ્દોઽગ્રા-

નલપ્થિવિકાપૌષ્કરામ્લોમ્લિદીપ્યૌ પૂતીપથ્યાર્ગ-
ધસઠિવૃકીવેલ્લરી હિંગુવેલ્લં ॥ ૧૫ ॥

શિયોર્મુષ્કે કુરતિલવટોર્મસ્મ તત્તૌ સઠ્ઠોર્વાઃ
સીક્તો યો મલ ઇતિ સમૈર્લુગ્મસુક્તાર્દ્રકાંભઃ ॥ ત્રિસ્ત્રિઃ
પીતોઽગ્નિમુખ ઉદરાજીર્ણગુલ્મગ્રહણ્યાનાહોન્માદશ્વ-
સનકસનાર્શઃકુષ્ઠે કુષ્ઠવૃદ્ધયોઃ ॥ ૧૬ ॥

સાજીખાર, જવખાર, જીરું, શાહજીરું, દેવદાર,
તગર, ચતુર્જાત, ષટ્કટુ, ગજપીપર, ભારંગી, દા-
રૂહળદર, ઇંદ્રજવ, હોંસ, દાડમની છાલ, આંબળાં,
પંચલવણુ, તડ, મોચ, વજ, ભીલામાં, બહુફળી,
એરડાનાં મૂળ, અમ્લવેતસ, આંબલીનો ગર,
અજમા, અજમોદ, બે પ્રકારની દરંજ, હરડે, ગર-
માળાનો ગર્ભ, કચુરો, કાળીપાડ, ભેસવેલ, હીંગ,
વાવડીંગ, સરગવાનો ખાર, મુષ્કકખાર, એખરો,
તલનો ખાર, પતસનો ખાર, લોહકીટ (મંડૂર)
નો એક ભાગ લઈ બીજોરાના રસમાં મદન કરી
(ત્રણ વખત રસ નાખી ત્રણ વખત મુકવવું) કાં-

જીની ડભાવના દેઈ આદુના રસની પણ ડભાવના દેવી. આપ્રમાણે તૈયાર કરેલું ચૂર્ણ, ઉદર, અજીર્ણ, ગુદમ, સંગ્રહણો, આનાહ, ઉન્માદ, શ્વાસ, કાસ, હરસ, કોઢ અને વૃદ્ધિ (વધરાવળ) મટાડેછે.

સિતોપલાદિ ચૂર્ણ.

સાજ્યક્ષૌદ્રં ત્વગેલાકળતુગસિકતં દ્વિઃપરં ના-
ત્રતાપે શ્વાસાલ્પાગ્નિજ્વરાસ્ત્રક્ષયકસનક્રોધે પાર્શ્વ-
નિહાસ્વરાતૌ ॥

તજ ૧ ભાગ, એળચી ૨ ભાગ, પીપર ૪ ભાગ, વંશલોચન ૮ ભાગ અને સાકર ૧૬ ભાગ નાખી કરેલું ચૂર્ણ ધી અને મધની સાથે ખાવાથી, જ્વર, ખાંસી, મંદાગ્નિ, દાહ, રક્તક્ષય, શ્વાસ, કફ, પાર્શ્વ-પીડા, જીભના રોગ, અને સ્વરભેદ મટેછે.

પાઠેદ્રત્વકફલાબ્દૌષધરસજવિષા શ્રીમદાકટ્વિ-
પીતં સક્ષૌદ્રં તંદુલોદૈર્ગ્રહણિગુદરુજાર્શોસ્ત્રિવાહપ્ર-
વાહે ॥ ૧૭ ॥

કાળીપાડ, કડાછાલ, ઈંદ્રજવ, મોથ, સુંઠ, ર-સાંજન, અતિવિષ, બીલીનો ગર્લ, ધાવણીનાં ફુલ,

(૧૬)

કડુ એ સમભાગે લઈ તેનું ચૂર્ણ મધ મેળવી ચોખ્ખા-
ના પાણી સાથે ખાવાથી સંગ્રહણી, હરસ, ગુદની
પીડા, રક્તાતિસાર અને પ્રવાહિકાને મટાડે છે.

॥ इति चूर्णाधिकारः ॥

ગુટિકાધિકાર.

કૃષ્ણ મોદક.

कृष्णा शुक्तिः कुडवमुपला मृद्विखर्जूमधूकात्व-
क्पत्रैलार्धपिचुमधुना मोदकः स्वर्गनृप्यः ॥ हिक्का-
कासज्वरमदवमीश्वासमूर्च्छाक्षतास्त्रष्टीवास्त्राढ्यानि-
लतृडरुचिष्ठीहपाश्वर्तिशोषे ॥ १ ॥

પીપળ ૨ તોલા, સાકર ૪ તોલા, ખજૂર ૪ તોલા,
ખારક ૪ તોલા, મહુડાનાં ફુલ ૦૧ તોલો, તજ
૦૧ તોલો, તમાલપત્ર ૦૧ તોલો, અને એળચી
૦૧ તોલો એ સર્વનું ચૂર્ણ કરી મધ મેળવી મોદક
કરી અગ્નિબળ આપવાથી સ્વરને સુધારે, પુષ્ટિ
કરે, હેડકી, કાસ, જ્વર, મદ, ઉલટી, શ્વાસ, મૂર્છા,

ઉરઃક્ષત, અલગમમાં લોહી પડે તે, રક્તપિત્ત,
આમ્લવાત, તૃણા, અરૂચિ, ઘરલ, પડખાંનાં
શૂળ, અને શોષ એ રોગોને મટાડે.

માણિભદ્ર મોદક.

ધાત્રીવેલ્લામયાન્નિન્નિવૃદિતિ વટકો દ્વિર્ગુડો
માણિભદ્રઃ દિવત્રાર્શઃકુષ્ઠગુલ્મોદરકૃમિકસનગ્રંધ્ય-
રુક્શ્વાસમેહે ॥

આંબલ ૧ ભાગ, વાવડીંગ ૧ ભાગ, હરડે
૧ ભાગ, ઘોળી નસોતર ૩ ભાગ અને ગોળ ૬ ભાગ
એ ઔષધોનો ગોળમાં પાક કરી મોદક બનાવી
ત્રણ ત્રણ માસાપ્રમાણે મોદક ખાવાથી કોઠ,
ગુલ્મ, ઉદર, કૃમિ, કાસ, ગાંઠ, ત્રણ, શ્વાસ અને
પ્રમેહ મટેછે.

હિંગ્વાદિ ગુટિકા.

હિંગુદ્વિક્ષારદીપ્યાશિલપકટુકટુપૈર્દ્વૈર્ગુડો માતુલં-
ગાત્કોલાત્સારાદ્રસૈર્વા ગ્રહણિચલકફે દીપનઃ પા-
ચનોઽલમ્ ॥ ૨ ॥

હીંગ, સાજીખાર, જવખાર, અજમોદ, પંચ-
લવણુ, અને પટ્કડુ એ સમભાગે લઈ ખીનેરાના
રસમાં બે માસાપ્રમાણે ગોળી વાળી દેવાથી સં-
ગ્રહણી તથા કફને મટાડે છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરેછે
અને અન્ન પચાવેછે.

દાર્વ્યાદિ ગુટિકા.

દાર્વ્યબ્દઃ ષટ્કટુસુરવરા વેછતાપ્યંતતો દ્વિર્મહૂ-
રાદ્વાદશગુણગવાપઃ સિપેત્પક્સાંદ્રે ॥ પાંડુઃ શો-
ફોદરકૃમિહલીમક્યરુચ્યગ્નિસાદોરુસ્તંભાડર્શોગ્રહ-
ણિગલરુગ્વાન્સ તત્રં પિવેત્તં ॥ ૩ ॥

દાઝહળદર, મોથ, પટ્કડુ, દેવદાર, ત્રિફળા,
હરદે, બેહેડાં, આંબળાં, વાવડીંગ, સોનામુખી
એ સમભાગે લઈ તેથી બમણો મંદૂર લઈ ખાર
વખત ગોમૂત્રમાં (અગ્નિથી તપાવી) નાખ્યા કરવો
તે ઘાટો થાય ત્યારે ઉપર લખેલા ઔષધોનું ચૂર્ણ
નાખી ગોળી કરવી તે પાંડુ, સોન, ઉદર, કૃમિ,
કમળો, અગ્નિ, મંદાગ્નિ, ઉરસ્તંભ, હરસ, સંગ્ર-

(૧૯)

હણીને મટારે છે. ગળાના રોગવાળાએ આ ગોળી
છાસમાં ખાવી. ૩

સૂરણ વટિકા.

ત્વક્તીક્ષ્ણૈલં સમં દ્વિઃ કૃમિહકણવરા ગ્રંથિતા-
લીસમહ્તીવિશ્વંતાલ્યગ્નિતદ્વિઃ સુરણમહિલતા દ્વિર્ગુ-
હોર્શોઽગ્નિહાન્યોઃ ॥

તજ ૧ ભાગ, મરી ૧ ભાગ, એળચી ૧ ભાગ,
વાવડીંગ ૨ ભાગ, પીપર ૨ ભાગ, ત્રિક્ષ્ણા ૨ ભાગ,
પીપળીમૂળ ૨ ભાગ, તાલીસપત્ર ૨ ભાગ, ભી-
લામાં ૨ ભાગ, સુંક ૨ ભાગ, મુસલી ૪ ભાગ,
ચિત્રક ૪ ભાગ, સૂરણ ૮ ભાગ, ગંડુપદી ૮ ભાગ
અને ગોળ ૧૬ ભાગ. એ પ્રમાણે ઔષધોની ગો-
ળમાં ગોળી કરી સેવન કરવાથી અર્શ (હરસ)
મટે છે તથા અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે.

કાંકાયન ગુટિકા.

તદ્વત્કાંકાયનોઽપ્યેકપલચયકળા ગ્રંથિચન્વા-
ગ્નિવિશ્વે દ્વૈકપ્રસ્થાષ્ટપંચૈકયવજમરિચાર્શોર્યરુઃપ-
થ્યજારં ॥ ૪ ॥

(૨૦)

પીપળ ૪ તોલા, પીપળીમૂળ ૮ તોલા, ચવક
૧૨ તોલા, ચિત્રક ૧૬ તોલા, સુંઠ ૨૦ તોલા, જ-
વખાર ૨૮ તોલા, મરી ૪ તોલા, સૂરણુ ૬૪ તોલા,
ભીલામાં ૩૨ તોલા, હરડે ૨૦ તોલા અને છરૂં
૪ તોલા એએાનું ચૂર્ણુ કરી તેથી બમણો ગોળ
નાખી ગોળીઆ કરી તેનું સેવન કર્યું હોય તો
ઉપર પ્રમાણે ગુણુ કરેછે.

ત્રિજ્ઞતાદિ મોહક.

પાદ્મચૈકત્રિજ્ઞતાતેમજલમથ કળા ગ્રંથિતાલી-
સચન્વ્યા તીક્ષ્ણં વિશ્વાભયાવિદ્ગ્રહણિરસપયોમંદ્વિ-
રારિષ્ટયૂષૈઃ ॥ પાંડુર્શઃકાસગુલ્મગ્રહણિમદગદશ્વાસ-
શોફપ્રતિશ્યાહૃત્પાશ્વર્તિપ્રસેકજ્વરવમિસગુહો હંતિ
પૈત્તં સર્વંઙઃ ॥ ૧ ॥

તજ ૧ ભાગ, તમાલપત્ર ૧ ભાગ, એળચી
૧ ભાગ, નાગકેસર ૧ ભાગ, વાળો ૧ ભાગ,
પીપળ ૮ ભાગ, પીપળીમૂળ ૮ ભાગ, તાલી-
સપત્ર ૪ ભાગ, ચવક ૪ ભાગ, મરી ૪ ભાગ,

મલાવરોધ હોય તો સુંઠ તથા હરરે ૪ તોલા મેળવી, એ સર્વથી બમણો ગોળ નાખી મધરસ, દુધની તર, દહીંની તર કે ચોખાના લોટની કઢીથી સેવન કરે તો પાંડુ, અર્સ, કાસ, ગુદમ, સંઘ્રહણી, મદ, શ્વાસ, સોજ, શરદી, ત્વદ્દય, અને પડખાંતો શૂળ, મ્હોમાંથી પડતી લાળ, જ્વર અને ઉલટી મટે. આ રોગો પિત્તપ્રધાન હોય તો અથવા પિત્તકોપ હોય તો ગોળને બદલે સાકર નાખવી.

દીપ્યાદિ મોદક.

દીપ્યગ્રંથિકળોષણામરમિશી સિંધ્વાગ્રિવેલ્લં સમં
વેલ્લર્યા દશનાગરાચ્ચ વિજયાંશાઃ પંચતુલ્યો ગુહઃ ॥
વિશ્વાચીગરગૃધ્રસીગુદકટીષ્ઠાતિજંઘામિદાઃ શો-
ફામાનિલપાંડુતૂનિયુગુલે શ્લેષ્માનિલેષૂષ્ણશઃ ॥૬॥

અજમોદ, પીપળીમૂળ, પીપળ, મરી, દેવદાર, વરીઆળી, સૈંધવ, ચિત્રક, વાવડીંગ, એ સર્વ એક એક ભાગ, વરધારો ૧૦ ભાગ, સુંઠ ૧૦ ભાગ, હરરે ૧૦ ભાગ અને સર્વની બરોબર ગોળ મેળવી ગોળી કરવી, તે ઉના પાણી સાથે લેવાથી, હાથનું

(૨૨)

ઝલાવું, વિષદોષ, ગૃધ્રસી (પગનો વાયુ) ગુદા, કમર, વાંસાનો વાયુ, નંધની પીડા, સોજા, આ-
મવાત, પાંડુ રોગ તૂની તથા પ્રતૂની (ગુદામાં કા-
તરણી જેવી પીડા) અને કફને મટાડે.

તાલીસાદિ મોદક.

તાલીસવ્યોષટ્કામ્લજરણચવિકામ્લોમ્નિબૈલ્લં
ત્રિજાતાત્ર્યક્ષં ગૌડસ્તુલાંઘ્રિઃ સ્વરરુચિકૃદસૌ પી-
નસસ્વાસકાસે ॥

તાલીસપત્ર, સુંઠ, પીપર, મરી, આંબલીની
છાલ, જીરું, ચવક, અમ્લવેતસ, ચિત્રક એ ઔષધો
૪ તોલા અને ત્રિજાત (તજ, તમાલપત્ર અને
એળચી) ૩ તોલા. સો તોલા ગોળમાં મેળવી
મોદક કરી અનુપાન તથા માત્રાપ્રમાણે સેવન
કરવાથી સ્વર સારો થાય તથા શરદી, કાસ અને
સ્વાસ મટે.

શંખૂકાદિ વટિ.

શંખૂકાયઃસિતાયોમલરસજપલૈન્નિદ્વિસપ્તૈકકૈકૈઃ

સક્ષૌદ્રઃ પક્તિશૂલશ્વયથુજઠરરુક્ષીનસાઽર્શોશ્મ-
પાંદૌ ॥ ૭ ॥

શંખની ભસ્મ તોલા ૧૨, લોહ તોલા ૮, સાકર
તોલા ૨૮, મંદૂર તોલા ૪, અને રસાંજન તોલા ૪
લઈ મધમાં ગોળી કરી ખાવાથી પરિણામ શૂળ,
સોજન, ઉદર રોગ, શરદી, અર્શ, પાણુવી અને પાડુ
રોગ મટેછે.

કૈશોરક ગુગ્ગુલ.

દ્રોણે પ્રસ્યૌ ગુદૂચ્યા વિપચપુરવરાભ્યાં ચ વા-
રાર્ધશેષં પૂતં ભૂયો વનેઽસ્મિન્ક્ષિપ મરિચકણાવેલ્લ-
શુંઠચુત્તમાશ્ચ ॥ શુક્ત્યંશઃ કુંભદંત્યોઃ પિત્તુયુગમમૃ-
તામ્રં ચ કૈશોરકોઽયં શોષારુગ્ગુલ્મકુષ્ઠોદરલ્લુહક-
સનાલ્પાત્રિપાંડુપ્રમેહે ॥ ૮ ॥

ગળો ૬૪ તોલા, ગુગળ ૩૨ તોલા, ત્રિક્ષ્ણા
૩૨ તોલા લઈ તે સર્વને ૧૦૨૪ તોલા પાણીમાં
પકાવતાં અર્ધ પાણી રહે એટલે ગાળી ફરીથી પ-
કાવવું. તે ઘાટું થાય ત્યારે ઉતારી ઠંડું પાડી તેમાં

મરી, પીપળ, વાવડીંગ, સુંક અને ત્રિક્ષ્ણા એ
અબ્બે તોલા લઈ તેનું ચૂર્ણ કરી નાખવું. તથા ન-
સોતર અને દંતીમૂળ ૦૧ તોલો અને ગળો ૪ તોલા
નાખી તેની ૩ માસાપ્રમાણે કેશોરક ગુગ્ગલ ના-
મની ગોળીઓ થાયછે. તે સોન, ત્રણ, ગુદમ,
કોઠ, ઉદર, વાતરક્ત, કાસ, મંદાગ્નિ, પાંડુ અને
પ્રમેહને મટાડેછે.

યોગરાજ ગુગ્ગુલ.

વેણાહિંગિવિમાદ્વાત્કિજરણવિષા પંચકોલાજ-
મોદા મૂર્વોગ્રાકૌતિમાર્જીદ્રજકટુકટુકામ્બ્યો વરાદ્ધિઃ
પુરસ્ત્રિઃ ॥ સક્ષૌદ્રો યોગરાજો ગ્રહણિચલજરાબી-
જપાંદ્વગ્નિહત્વગ્રુગ્રુબ્ધે હવ્રણાશોરુચિસ્વુડકસનાપસ્મૃ-
તિશ્વાસશોષે ॥ ૯ ॥

વાવડીંગ, ધાણુ, ગજપીપર, હીંગ, કાળીપાડ,
અરૂં, અતિવિષ, પંચકોલ (પીપર, પીપળીમૂળ,
ચવક, ચિત્રક અને સુંક.) અજમોદ, મરવો,
વજ, કપીલો, ભારંગી, ઈંદ્રજવ, સરસવ અને કકુ
એ સર્વથી બમણાં ત્રિક્ષ્ણા અને ત્રણ ગણો ગુગળ

(૨૫)

લઈ તેમાં મધ મેળવી ગોળીઓ કરી સેવન કર-
વાથી સંઘ્રહણી, વાયુ, જરા, વીર્યના રોગ, પાંકુ-
રોગ, મંદાગ્નિ, તદ્દયરોગ, ત્વચાના રોગ, શૂળ,
પ્રમેહ, વ્રણ, હરસ, અરૂચિ, વાતરક્ત, કાસ, અ-
પસ્માર, (વાઈ) શ્વાસ અને શરીર યુક્તાવાની
પીડા મટાડે છે. (આ યોગરાજ, રાસ્નાના કલા-
થમાં દેવાથી તમામ જાતના વાયુ મટેછે.)

આભાદિવટક.

તુલ્યામાદિસઠી ત્રિકંટકરજોર્ધાજ્યઃ પુરો યઃ
કફે વાતે મસ્તુસુરારસોષ્ણકફયોરૂપાનુપાનો જ-
યેત્ ॥ સ્વાજ્યં ગૃધ્રસિભંગવિદ્ધસ્તુહૃત્ત્વગ્યોનિરો-
ગાંશ્ચલં મજ્જાસ્નાયુપદાસ્થિસંધિકટિદોઃષ્ઠે હનૌ
જાનુનિ ॥ ૧૦ ॥

ચૂર્ણાધિકારના ૧૦ મા શ્લોકમાં કહેલા આભાદિ
ચૂર્ણનાં તમામ ઔષધો, કચુરો, ગોખરૂ અને તેનું
ચૂર્ણ સમભાગ, તે બરોબર ગુગળ અને ગુગળથી
અર્ધ ધી મેળવી ગોળીઓ કરવી તે, દહીંનું ઘોળતું,
મધ, માંસરસ, ઉનું પાણી, દુધ અને ચોખાની

(૨૬)

કઢી એમાના હરેક અનુપાનમાં લેવાથી કફ, વાયુ, પાંગળાપણું, ગૃધ્રસી વાયુ, અસ્થિભંગ, શસ્ત્રાદિ વેધ, વાતરક્ત, ઋદ્ય રોગ, સ્નાયુનો રોગ, પચ, અસ્થિ, સાંધા, કેડ, પીઠ, દાઢી અને ગોઠણના વાયુને મટાડે.

ખાદિરી ગુટિકા.

શૂર્પેપાં સ્વદિરાત્તુલેરિમતુલાં પક્ત્વા ઘટેત્રાક્ષકં
પૂતે ક્વાથઘનેક્ષિપાગરુમદાપત્તંગયષ્ટીજતુઃ ॥ પું-
હોશીરહિમાંબુકટ્ફલચતુર્જાતોત્તમાપદ્મકં લજ્જૈ-
લેયજટાબ્દયાસગિરિમૃદ્ધોધોનિશે અંજને ॥ ૧૧ ॥

મંજિષ્ઠાબકુલપ્રિયંગુસ્વદિરન્યગ્રોધરોહેરિમંકર્પૂરઃ
કુડવં લવંગસુમનઃ પત્રીફલૈલાદ્ધિમે ॥ હન્યાદ્વક્ત્ર-
ગપંચસત્તતિગદાનેષા ગુટી સ્વદિરી તૈલં ચારિમમે-
ભિરેવ વિપચેત્કાથ્યૌધષવ્યત્યયાત્ ॥ ૧૨ ॥

૨,૦૪૮ તોલા પાણીમાં ઘોળા ખેરની છાલ
તોલા ૮૦૦ તથા કાળા ખેરની છાલ તોલા ૪૦૦

નાખી ઉકાળતાં તોલાં ૫૧૨ પાણી રહે એટલે ઉતારી ગાળી લઈ પાછું અગ્નિપર ચડાવી ધાતું થાય ત્યાંસુધી રાખવું. પછી તેની અંદર અગર, ધાવણીનાં ફૂલ, પતંગ, જેઠીમધ, પીપળાની લાખ, કમળ, વાળો, સુખડ, કાળોવાળો, કાયફળ, ચતુર્જાત, ત્રિક્ષણ, પદ્મક, રીસામણીનાં મૂળ, એલવાણુક, જટામાંસી, મોથ, ધમાસો, ગેર, લોદર, પકાણીલોદર, હળદર, દારૂહળદર, સુરમે, રસાંજન, મજીઠ, બોલસરીનાં ફૂલ, ઘઉંલા, ખેરસાર, વડના અંકુર, કાળા ખેરની છાલ એ સમભાગ લઈ નાખવાં. અને કપુર ૧૬ તોલા, લવીંગ ૪ તોલા, જાયફળ ૪ તોલા, જાવંત્રી ૪ તોલા, કંકોલ ૪ તોલા નાખી ગોળી કરવી. તે મોઢાના ૭૫ રોગને મટાડે છે.

ઉપર લખેલ ઔષધનું તેલ કરવું હોયતો ઘોળા ખેરની છાલ તોલાં ૪૦૦ અને કાળા ખેરની છાલ તોલા ૮૦૦ નાખી ક્વાથ કરી ઉપર પ્રમાણે ઔષધો નાખવાં. ચૂર્ણથી છગણું તેલ નાખી પકાવી ઠંડું થયા પછી કપુર લવીંગ પાછલ કહેલાં ઔષધો

નાખવાં. આવી રીતે તૈયાર કરેલું તેલ “છરિમ”
કેહેવાયછે.

કેલાદિ ગુટિ.

કોલવ્યોષેંદુલાજાત્રિસુરમિકતુગામ્લદ્રુહ્યં દ્વિ-
સ્વંદં ત્રિઘ્નંઘ્રિદ્વાદશૈકાષ્ટત્રતુરતિવમીયક્ષ્મકાસજ્વ-
રાસ્ત્રે ॥

બાર ૩ ભાગ, ત્રિકટુ ૨ ભાગ, કપુર ૧ ભાગ,
કમોદ ૧૨ ભાગ, ત્રિસુગંધ (તળ, તમાલપત્ર અને
એળચી.) ૧ ભાગ, વંશલોચન ૮ ભાગ, આંબલીની
છાલ ૪ ભાગ એપ્રમાણે ઔષધો લઈ એ સર્વથી
બમણી સાકર નાખી ગોળીઓ કરી સેવન કર-
વાથી ઉલટી, ક્ષયરોગ, કાસ, જ્વર અને રક્ત-
પિત્ત મટેછે.

દંત્યાદિવટક.

કોઠોઽર્શઃપાંડુકંડગ્રહણિદશદશાહાંતરા ઘંતિ
ચથ્યા વિંશત્યા દંતિકુંભાગ્રિગુડકણપલાક્ષામ્રમા-
ન્યક્ષપિંચ્યઃ ॥ ૧૩ ॥

(૨૯)

નેપાળો ૪ તોલા, નસોતર ૧ તોલો, ચિત્રક
૪ તોલા, ગોળ ૩૨ તોલા, પીપળ ૧ તોલો તેમાં
૨૦ હરડે નાખી દશ ગોળીઓ કરવી તે દશ દશ
દિવસને અંતરે ખાવાથી કોઠ (શરીરમાં ઘોળાં
ચકર થઈ રહેછે તે) હરસ, પાંડુ, ખરજ અને
સંગ્રહણી એ રોગો મટેછે.

મધુવટક.

તુલ્યા પથ્યાબ્દવેછત્રિકયુગચવિકાગ્રંથિધાત્ર્યો-
થ કુંભશ્વેતાદંત્યોષ્ઠષટ્ત્રિઃસમમધુવટકઃ સ્તંભનો-
ળ્લાંબુપાનઃ ॥ પાંડુર્શઃશોથગુલ્મજ્વરજઠરજરાલ્પા-
ગ્રિમેહક્ષયાસિત્વમ્નુદાહમ્રમાશ્વવ્રણકસનમહારુગ્ર-
હણ્યામવાતે ॥ ૧૪ ॥

હરડે, મોથ, વાવડીંગ, તજ, તમાલપત્ર, એ-
ળચી, સુંક, પીપળ, મરી, ચવક, પીપળીમૂળ, આં-
ખળાં ૧ ભાગ, નસોતર ૮ ભાગ, સાકર ૬ ભાગ,
દંતીમૂળ ૩ ભાગ એ પ્રમાણે ભાગથી ઔષધો લઈ
ગોળીઓ કરી તેનું સેવન કરવાથી રોગ લાગેછે તે

ઉનું પાણી પીવાથી બંધ પડેછે. આ ગોળીઓથી, પાંડુરોગ, અર્શી, સોળ, ગુલ્મ, જ્વર, ઉદરરોગ, જરા, મંદાગ્નિ, પ્રમેહ, ક્ષયરોગ, નેત્રરોગ, ત્વચ્ચારોગ, દાહ, ભ્રમ, પથરી, વ્રણ, કાસ, મહાશૂળ, સંગ્રહણી અને આમવાત મટેછે.

ઓજસ્કરી ગુટિકા.

ક્ષીરાજ્યેક્ષુવિદારિતિત્તિરિસાર્ધાદ્યેકપાત્રાંજ-
લિં પ્રસ્યે સિધ્યતિ પિષ્ટમિક્ષુસલિલૈઃ સ્વર્જૂરવિંશ-
ત્યુતમ્ ॥ ન્યસ્યેજ્જીવનચારમાધવતુગાયષ્ટચાક્ષમ-
જ્જોપલા કૃષ્ણં પંચચતુશ્ચતુર્દિચરણૈકત્રિંશદકો-
મ્રિકં ॥ ૧૧ ॥

તછેહે શિશિરે મધુદ્વિકુહવં મુષ્ટિં ચ જીરોષણા-
પિત્તામૃક્ષતયક્ષ્મબીજચલરુઘ્ની સા સ્વરોજસ્કરી ॥

દુધ ૪ શેર, ધી ૨ શેર, ગોળ ૮ શેર, વિદારી-
કંદ ૦૧૧ શેર, અને તેતરના માંસનો રસ ૨ શેર
એકત્ર કરી ઉનું કરવું. તે શીઘ્ર ગયા જેવું થાય
એટલે ૨૦ ખારેક લઈ શેરડીના રસમાં નાખવી

અને તેની અંદર જીવનીયગણનાં ઔષધો તોલા ૨૦, ચારોલી તોલા ૧૬, મહુડાનાં ફુલ તોલા ૧૬, વંશલોચન તોલા ૮, જેઠીમધ તોલો ૧, બેહેડાનાં ખીજની અંદરની મજ્જા તોલા ૪, સાકર તોલા ૧૨૦, અને પીપળ તોલા ૪ નાખવી. મધ તોલા ૩૨, જીરું તથા મરી તોલા ૪ ઠંડું થયા પછી નાખી ગોળીઓ કરવી. તે ગોળીઓ, રક્તપિત્ત, ઉરઃક્ષત, ક્ષયરોગ, શુક્રરોગ, ઋતુરોગ, વાયુરોગને મટાડે છે તથા સ્વર સારો કરી શરીરમાં તેજ લાવે છે.

અંજની ગુટિકા.

લોધાઝ્યાપટુયષ્ટિતુત્થરસજં વ્યોષં પ્રપૌંડ્રં કૃમિ-
ચ્છિન્નામ્રેંદ્રજલં સ્તનાજબટુકૈશ્ચક્ષુર્દગન્યાંજનં॥૧૬
इति बोपदेवकृतायां शतश्लोक्यां गुटिकाधिकारो
द्वितीयः ॥ ૨ ॥

લોદર, ત્રિકુળા, સૈંધવ, જેઠીમધ, મોરચુથુ, ર-
સાંજન, ત્રિકટુ, ધોળુંકમળ, વાવડીંગ, તામ્ર, એ
ઔષધો એકઠાં કરી ખરલ કરી વરસાદના પા-

(૩૨)

ણીથી ગોળીઓ કરી સ્ત્રીના દુધમાં, બકરીના દુધમાં કે દનસના ફુલના રસમાં આંજવાથી નેત્રના સર્વ રોગ મટેછે.

ઇતિ ગુટિકાધિકારઃ.



અથ અવલેહાધિકારઃ

કુખમાંડાવલેહ.

સ્ત્રિનાં મૃદ્વાજ્યમાન્યોઃ કુસુમફલતુલાં તુલ્ય-
સ્વંડાં ચ પક્ત્વા દ્વાપ્તૈર્વ્યોષત્રિજાતાહ્લકજરણગ-
જૈઃ ક્ષૌદ્રમાન્યાવલેહઃ ॥ કાસશ્વાસક્ષતાસ્ત્રક્ષયવ-
મથુતમસ્તૃઙ્જ્વરે સ્વર્ગ્યવૃષ્ણ્યો બલ્યો વર્ણ્યશ્ચ મૂઢાન-
લચલગુદજે સૂરણઃ પક્વ એવં ॥ ૧ ॥

કોળાંની છાલ ઉતારી અંદરનો ગર્ભ તોલા ૪૦૦
લઇ તેને ખમણીથી બારીક ભુકો કરી ૧૬ તોલા
ધીમાં સેકી સાકર તોલા ૪૦૦ નાખી પાક કરવો
તે સિદ્ધ થયા પછી ત્રિકટુ, ત્રિજાત, ધાણુ, શુક્ર,

નાગકેસર એ સર્વ મળી ૮ તોલા લઈ તે પાકમાં નાખવાં. તે થંડું થયા પછી ૧૬ તોલા મધ નાખી અવલેહ કરવો. આ અવલેહ શ્વાસ, ઉરઃક્ષત, રક્તપિત્ત, ક્ષયરોગ, ઉલટી, નેત્રના રોગ, તૃષા અને જ્વરને મટાડે છે, સ્વરને સુધારે છે, પુષ્ટિ કરેછે, બળ તથા તેજ વધારે છે. મંદાગ્નિ, વાતરોગ, અને અર્શને (કોળાના બદલામાં) એજ ઔષધોથી કરેલો સૂરણપાક ઉપલા દરદોને મટાડે છે.

અગસ્તિ હરીતકી અવલેહ.

શંખાદ્વાદશમૂલપુષ્કરસઠીયાસઃ સ્વગુપ્તાબલાપા-
માર્ગેભકણામૃતૌષધવૃત્તકો ગ્રંથ્યગ્નિભાક્ષી રસા ॥
બ્યામ્રાપથ્યશતં યવાઢકમપાં પંચાઢકં ચાયવસ્તે-
દાત્પાચ્યમિમાઃ શિવાઃ સ ચ રસો ગૌડી તુલાત્રયં-
જલિઃ ॥ ૨ ॥ કૃષ્ણાતૈલઘૃતાત્પુનઃ કુઢવિકાક્ષૌ-
દ્રૈરગસ્ત્યાભયા કાસાઽર્શોગ્રહણીક્ષયજ્વરજરાશ્વા-
સપ્રતિશ્યારુચૌ ॥

શંખાવળિ, દશમૂળ (શાલવળુ, પીલુડી, ઉભી

ભોરીંગણી, બેઠી ભોરીંગણી, ગોખર, બીલી,
 અરણી, અરલુ, પાટલ, કાશમરી), એરડાનું મૂળ,
 કચુરો, ધમાસો, કૌચાં, બળદાણા, અઘેરો, ગ-
 જપીપળ, ગજો, સુંઠ, કાળીપાડ, પીપળીમૂળ,
 ચિત્રક, ભારંગી, રાસ્ના એ દરેક ઔષધ આઠ
 આઠ તોલા, હરડે નંગ ૧૦૦, તથા જવ તોલા ૨૫૬,
 લઈ પાણી તોલા ૧૨૮૦ માં પકાવવું. તે જવ
 પાકી જાય ત્યારે તેને કહાડી લઈ હરડે પકાવી તે
 ક્વાથ ગાળી લઈ હરડેમાંથી બીજ કહાડી લઈ તે
 હરડે વાટી તેની અંદર નાખવી. તેમાં ૪૦૦
 તોલા ગોળ નાખી તે કાઢો પકાવવો. તે ચા-
 ટવા જેવો થાય ત્યારે ઉતારી લઈ થંડો કરી પી-
 પળ તોલા ૧૬, સરસીયું તેલ તોલા ૧૬, ધી તોલા
 ૧૬ અને મધ તોલા ૧૬ નાખી અરણી ભરી રા-
 ખવી. તે અવલેહ, કાશ, અર્શ, સંગ્રહણી, ક્ષય,
 જ્વર, જરા, શ્વાસ, શરદી અને અરૂચિ મટાડેછે.

આર્દ્રકાવલેહ.

દીપ્યાયોબ્દધનાત્રિજાતજરણાર્ધાગ્રૈર્ગુડાદ્રાત્તુલા-
 પાકઃ પીનસશોફશૂલકસનાશોયિક્ષ્મગુલ્મજ્વરાન્ ૩

(૩૫)

અજમોદ, લોહભસ્મ, મોથ, ધાણા, ત્રિજત, જીરું, એ બધે તોલા લઈ ગોળ તોલા ૨૦૦ તથા આદુના કડકા ૨૦૦ તોલા લઈ ઉપર પ્રમાણે અવલેહ કરે તો તેથી પીનસ, સોજો, શૂળ, કાસ, અર્શ, ક્ષયરોગ ગુલ્મ અને જ્વર મટે છે.

ભાર્ગીશિવા નામાવલેહ.

દ્વિદ્રોણેપાં દશજટતુલાં તુલ્યભાર્ગી પચેત્તત્પાદં
ભૂયોભયગુહશતે ન્યસ્ય ભાર્ગી શિવાસ્ત્યા ॥ ત્ર્યે-
કાષ્ટામ્રત્રિકટુકચતુર્જાતમધ્વન્વિતાલં હિક્કાશોષ-
સ્વસનકસનૈકાહિકો પીનસઘ્ની ॥ ૪ ॥

દશભૂળ તોલા ૪૦૦, ભારંગી તોલા ૪૦૦, પાણી તોલા ૨૦૪૮ માં પકાવવું તેનો ચોથો ભાગ રહે ત્યારે ઉતારી ગળી લઈ ગોળ તોલા ૪૦૦ તથા હરડે તોલા ૪૦૦ નાખી પકાવવો. તે ઘાટો થાય અટલે થંડો પાડી ત્રિકટુ તોલા ૧૨, ચતુર્જત તોલા ૪, મધ તોલા ૩૨, એ ઔષધો નાખી અવલેહ કરી ખાવાથી હેડકી, શરીરનું સુકાવું, શ્વાસ, કાસ, એકાંતરીઓ તાવ અને પીનસ મટે છે.

કંસહરીતકી નામાવલેહ.

કંસેપાં દશમૂલજે ગુડતુલા પથ્યાશતં પાચિતં
કર્ષાશં ત્રિકટુ ત્રિજાતયવજં પ્રસ્થાર્ધમધ્વન્વિતં ॥
શોફામાનિલગુલ્મમેહકૃશતાશ્વાસામ્લકાસારુચૌવૈ-
વર્ણ્યજ્વરશુક્રમૂત્રગુદરુક્ષીહાનિ કંસામયા ॥ ૧ ॥

દશમૂળ તોલા ૬૪, અને હરડે નંગ ૧૦૦ લઈ
પાણી તોલા ૧૦૨૪ માં પકાવવું તે કંસ એટલે
૨૫૬ તોલા પાણી રહે ત્યારે ઉતારી તેમાંથી હરડે
કાઢી ૪૦૦ તોલા ગોળ નાખી પકાવવું તે ઘાટું
થાય એટલે ઉતારી ત્રિકટુ, ત્રિજાત અને જવખાર
એ એક એક તોલો, અને મધ તોલા ૩૨ નાખી
અવલેહ કરી ખાવાથી સોજ, આમવાત, ગુલ્મ,
પ્રમેહ, દુર્બળતા, શ્વાસ, અમ્લપિત્ત, કાસ, અ-
રૂચિ, વિવાર્ણતા, જ્વર, ઘાતુરોગ, મૂત્રરોગ, ગુદ-
રોગ, અર્શ અને બરલ મટે છે.

વાસાહરીતકીઅવલેહ.

વાસાવારિદ્વિતુલસિકતાર્દ્ધામયાપાત્રપાકો મા-
નીશુક્ત્યંજલિપલયુતઃ ક્ષૌદ્રકૃષ્ણાતુગામ્યઃ ॥ ચા-

તુર્જાતાદિતિવૃષશિવા હંતિ સા ગુલ્મહૃદ્ધુક્કાસશ્વા-
સક્ષયજઠરતૃદ્વિદ્રધીન્ પીનસાસ્ત્રં ॥ ૬ ॥

અરડુસાને. ૨૨૫ તોલા ૮૦૦, સાકર તોલા ૪૦૦
અને હરડેનો ભુકો તોલા ૨૫૬ નાખી પકાવવો
તે ઘાટો થાય ત્યારે ઉતારી તેમાં મધ તોલા ૩૨
પીપળ તોલા ૨ વંશલોચન તોલા ૧૬ અને ચતુ-
ર્જાત તોલા ૪ નાખી અવલેહ કરવો તે શુદ્ધ,
ત્વદ્વરોગ, કાસ, શ્વાસ, ક્ષયરોગ, ઉદરરોગ, તૂ-
ળા, વિદ્રાધિ, પીનસ અને રક્તપિત્તના વિકારને
મટાડે છે.

ચિત્રકહરીતકીનામાવલેહ.

પક્ત્વા પંચતુલાં ગુડામલશિર્ષી છિન્નાદશાંદ્રયં-
ભસાં પથ્યાપાત્રવતીકૃતાં શિશિશિવાવ્યોષાચ્ચતુ-
ર્જાતકાત્ ॥ ક્ષૌદ્રાચ્ચ ત્રિપલાંજલિદ્વિકુડવૈઃ ક્ષારા-
ચ્ચ શુક્ત્યા યુતા શોફાર્શઃયક્ષકુષ્ઠપીનસકૃમિ-
શ્વાસાંત્રગુલ્માગ્નિકૃત્ ॥ ૭ ॥

ગોળ તોલા ૪૦૦, આંબળાંનો ૨૨૫ તોલા ૪૦૦,

ચિત્રકરસ તોલા ૪૦૦, ગળો તોલા ૪૦૦, દશમૂળનો ક્વાથ તોલા ૪૦૦, અને હરડેનો ભુકો તોલા ૨૫૬ લઈ પકાવવો તે અવલેહ જેવો થાય ત્યારે ઉતારી ત્રિકટુ તોલા ૧૨, ચતુર્જત તોલા ૧૬, મધ તોલા ૩૨ અને જવખાર તોલા ૨ નાખી સિદ્ધ કરેલો અવલેહ સેવન કરવાથી સોજ, અર્શ, ક્ષય, કોઠ, પીનસ, કૃમિ, શ્વાસ, અંત્રવૃદ્ધિ (સારણુ) અને ગુદમ, મટાડે છે તથા અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરેછે.

દંતીશિવાનામાવલેહ.

દ્રોણેષાં પચ પંચવિંશતિશિવાદંત્યામ્નિનોર્દ્ધાં તુલાં
તત્પ્રસ્યં સશિવં તુલાંધ્રિકગુડં કુંભાંજલિં ષટ્પિચુઃ ॥
વ્યોષાત્તૈલપલે પુનર્દ્વિપલિકં ક્ષૌદ્રેતિ દંતીશિવાત્વકૂ-
પાંદૂદરશોફહ્રદ્રહણિરુગ્મુલ્મક્ષયાશોજ્વરે ॥ ૮ ॥

હરડે નંગ ૨૫, દંતીમૂળ તોલા ૨૦૦, ચિત્રક તોલા ૨૦૦ લઈ પાણી તોલા ૧૦૨૪ માં પકાવી ૬૪ તોલા પાણી રહે ત્યારે ઉતારી દંતીમૂળ અને ચિત્રક કહાડી લઈ, હરડેનાં ખીજ કહાડી લઈ તે કાઢાની અંદર રાખવી. તેમાં ગોળ તોલા ૧૦૦

નાખી પકાવવો તેમાં નસોતર તોલા ૧૬, ત્રિકટુ ૬ તોલા તેલ પલ ૨ (૮ તોલા) નાખી અવલેહ કરવો, તે થંદું થાય ત્યારે મધ તોલા ૮ નાખી તૈયાર કરવો. તે અવલેહ, ત્વચાના રોગ, પાંડુ, ઉદરરોગ, સોજ, તદ્દયના રોગ, સંગ્રહણી, ગુદમ, ક્ષય, અર્શ અને જ્વરને મટાડે છે.

વ્યાઘ્રીપથ્યાવલેહ.

પથ્યાવ્યાઘ્રયોઃ પચ શતયુગં વારિકુંભે પુનસ્ત-
ત્પાત્રં પથ્યાગુડશતમિયં ચાર્ધષટ્પટ્ચતુર્ભિઃ ॥ ક્ષા-
રક્ષૌદ્રત્રિકટુકચતુર્જાતબિલ્વૈઃ સમેતા વ્યાઘ્રીપથ્યા
જયતિ કસનશ્વાસશોષપ્રતિશ્યાઃ ॥ ૯ ॥

હરડે તંગ ૧૦૦ અથવા તોલા ૪૦૦, બેહી ભો-
રીંગણી તોલા ૪૦૦, પાણી તોલા ૧૦૨૪ માં
પકાવવી પાણી ચોથો ભાગ રહે ત્યારે ઉતારી
ભોરીંગણી કઢાડી લઈ, હરડેનાં બીજ કઢાડી
ભુકો કરી તે, ગળી લીધેલા કાઢામાં નાખી તેમાં
ગોળ તોલા ૪૦૦ જવખાર તોલા ૨ મધ તોલા
૨૪ ત્રિકટુ તોલા ૨૪ અને અતુર્જત તોલા ૧૬

નાખી તૈયાર કરવો. તે અવલેહ, કાસ, શ્વાસ, શોષ અને શરદી મટાડે છે.

રિંગણીઅવલેહ.

ક્રાથ્ય વ્યાઘ્રિતુલાવહઃ પુનરિદં પાત્રં ઘૃતં પ્ર-
સ્થિકં દ્વક્ષાગ્રંથ્યમૃતાગ્રિયાસરસનાવ્યોપાબ્દશૃંગી
દ્વિજા ॥ મત્સ્યંજ્યા પલવિંશતિર્મધુતુગાકૃષ્ણા ત્રિ-
માન્યાન્વિતો લેહો દ્વદ્વહગુલ્મહિલ્મકસનશ્વાસાર્શ-
સાં નાશનઃ ॥ ૧૦ ॥

બેદી ભોરીંગણી તોલા ૪૦૦, પાણી તોલા ૧૦૨૪ માં નાખી પકાવી એથો ભાગ પાણી (તોલા ૨૫૬) રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લઈ તેમાં સાકર તોલા ૬૪ તથા ઘી તોલા ૬૪ નાખી પકાવવો. તે પછી પીપળીમૂળ, ગજો, ચિત્રક, ધ-માસો, રાસ્ના, ત્રિકટુ, મેથ, કાકડાર્શીંગી, ભારંગીનાં મૂળ એ ઔષધો બધે તોલા લઈ ચૂર્ણ કરી નાખવું. તે અવલેહ થયા પછી ઉતારી થંડો પાડી મધ તોલા ૩૨, વંશલોચન તોલા ૩૨ અને પીપળ તોલા ૩૨ નાખી તે અવલેહ સેવન કરવાથી ત્દ-

દયરોગ, ગુલ્મ, હેડકી, કાસ, શ્વાસ, અને અર્શને
મટાડે છે.

કુટબાષ્ટકાવલેહ.

પક્તવાર્દ્રાત્કુટજાત્તુલાં જલઘટેઽષ્ટાંશો પુનઃ પા-
લિકૈઃ પાઠાશાલ્મલિઘાતકીઘનવિષા લજ્જામબિલ્વૈઃ
સહ ॥ લિહ્યાત્ત્કુટજાષ્ટકં જલગવાજાક્ષીરમંડા-
નુપોતીસારગ્રહ્ણીમસૃગ્દરમસૃકૃપિત્તામૃગશોં જયેત્ ॥

લીલી કડાછાલ તોલા ૪૦૦ ને પાણી તોલા
૧૦૨૪ માં પકાવી, પાણીનો આઠમો ભાગ બાકી
રહે ત્યારે ગાળી લઈ પાછો અગ્નિ ઉપર ચડાવી
ઘાટો થાય ત્યારે તેની અંદર કાળીપાડ, સીમળા-
નાં મૂળ, ધાવણીનાં ફુલ, મેથ, અતિવિષ, રીસા-
મણીનાં મૂળ, અને બીલીનો ગર્ભ એ ઔષધો
પ્રત્યેક ૪ તોલા નાખવાં. તે અવલેહ, પાણી,
ગાયનું દુધ, બકરીનું દુધ અને ચોખાના મંડના
અનુપાનથી ખાવામાં આવે તો અતિસાર, સં-
ગ્રહણી, રક્તપ્રદર, રક્તપિત્ત અને રક્તાર્શને
મટાડે છે.

અદિરાધવલેહ.

ગાયત્રીરિમરોધ્રપુંડ્રસુમનાજંબૂસમંગાવૃષા શ્રેષ્ઠા
યષ્ટિપચંપચાન્યતમતો દ્રોણે તુલાર્દ્યા પચેત્ ॥ ત-
ત્પાદં પલિકૈઃ પુનઃ સસ્વદિરૈર્મૂનિવદાર્વીરિમૈર્મૂયઃ
પાદિકગૈરિકં મધુસિતાયુક્તા સ્યુરાસ્યામયે ॥૧૨॥

ઘોળા ખેરની છાલ, કાળા ખેરની છાલ, લોદર,
કમળ, જાઈનાં પાન, જાંબુની છાલ, મજીઠ, અર-
દુસો, ત્રિકુળા, જેઠીમધ, દાડહળદર, (અગર
અકલકરો.) એ ખેમાંનું એક ઔષધ; એ પ્રમાણે
તમામ ઔષધો તોલા ૨૦ લઈ, પાણી તોલા ૧૦૨૪
માં પકાવવાં. તેનો ચોથો ભાગ રહે ત્યારે ઉતારી
ગાળી લઈ તેની અંદર ઘોળો ખેરસાર, કરીઆતું,
દાડહળદર, કાળો ખેરસાર, એ દરેક ઔષધ ચાર
ચાર તોલા તથા ચતુર્થીશ જેડ નાખી ચાટવાજેવું
ઘાટું થાય ત્યાંસુધી પકાવી તેમાં સાકર તથા
મધ મેળવી સેવન કર્યાથી મોઢાના સર્વ રોગ
મટેછે.

કલ્યાણકાવલેહ.

ત્રિપ્રસ્થામલકીરસાદ્રુડતુલાર્દ ચ ત્રિવૃત્તૈલયો-
ર્માન્યૌ પંચપટુદ્વિદીપ્યહપુષાજાજીવરાષટ્કટુ ॥
પાઠાહ્લાકળવેલ્લમાશિકમયં લેહસ્ત્રિજાતીવ્રણસ્ત્વ-
ર્મ્બીજોદરમેહરુગ્રહણિપાંડુર્શઃસુ કલ્યાણકઃ ॥૧૩॥

આંબળાંનો ૨૪ તોલા ૧૯૨, ગોળ તોલા ૨૦૦
નસોતર તોલા ૩૨, તેલ તોલા ૩૨, પંચલવણુ
તોલો ૧, જવાન તોલો ૧, અજ્જમોદ તોલો ૧,
હોંસ તોલો ૧, જીરું તોલો ૧, ત્રિકુળા તોલો ૧,
પટ્કટુ તોલો ૧, કાળીપાંડ તોલો ૧, ધાણુ તોલો
૧, પીપળ તોલો ૧, વાવડીંગ તોલો ૧ એપ્રમાણે
નાખી અવલેહની રીત પ્રમાણે અવલેહ કરવો. તે
પછી ત્રિજાતકના ચૂર્ણ સાથે સેવન કરવાથી વ્રણ,
કોઠ, વીર્યરોગ, આત્તવ રોગ, ઉદર રોગ, પ્રમેહ,
સંગ્રહણી, પાંડુ અને અર્શને મટાડે છે.

ચ્યવનપ્રાશાવલેહ.

દ્વાક્ષૈલાબ્દદશાંધ્રિજીવનબલાશૃંગ્યજટાયઃકળા-
પથ્યાકાકનસાબ્જપુષ્કરસઠી છિન્ના વિદારીવૃષં ॥

(૪૫)

લેહ, જરા, મૃત્યુ, કાસ, શ્વાસ, વાતરક્ત, જવર, ક્ષય,
ઉલટી, તદ્દરોગ, મૂત્ર અને વીર્યના દોષને મટાડે છે.

અક્ષાવલેહ.

સક્ષૌદ્રોઽક્ષશતાનમૂત્રશતજઃ કાસોત્કફશ્વા-
સહા ॥ ૧૧ ॥

એહેડા નંગ ૧૦૦, બકરીનું મૂત્ર તોલા ૪૦૦
લઈ તેમાં ઉકાળી અવલેહ તઈયાર થાય ત્યારે
મધ મેળવી સેવન કરે તો કાસ અને કફયુક્ત
શ્વાસને મટાડે છે.

પંચજીરકાવલેહ.

જીરાછામિશિમેથિદીપ્યહપુષા ષટ્કટ્વિશ્વં ઇ-
થુર્વદાશીતકદીપ્યવેલ્લવદરં શ્યામાભયાનાગજં ॥
બૈલ્વં ક્ષીરગુડાજ્યમાજનતુલાર્ધપ્રસ્થપક્કં ચતુઃ-
કંપિછૌષધકૃષ્ણજીરમબલાર્તિ પંચજીરો જયેત્ ૧૬
इति बोपदेवपंडितविरचितायां शतश्लोक्यां अव-
लेहाधिकारस्तृतीयः ॥ ૩ ॥

જીરું, ધાણા, વરીઆળી, મેથી, અજમોદ, હોંશ,

(૪૬)

પટ્કટ્ટ, સુંઠ, અહુફળી, આંદગૂળ, અળસી, જવાન,
વાવડીંગ, ઘોર, નસોતર (કિંવા ઘઉંલા) હરડે,
નાગભસ્મ, (સીસાની ભસ્મ) એ સર્વ ઔષધો
તોલા ચાર ચાર પ્રમાણે દુધ તોલા ૨૫૬, ગોળ
તોલા ૨૦૦, ઘી તોલા ૬૪ માં પકાવી અવલેહ
કરવો તેની અંદર કપીલો તોલા ૪ મીલાવી સેવન
કરવાથી સ્ત્રીરોગ સર્વ મટેછે.

ઘૃત્યવલેહાધિકારઃ

(૪) અથધૃતાધિકાર.

ષટ્પલ ધૃત.

શુક્તયંશૈર્બિંડપંચકોલહપુષાજીરાજમોદોદ્રિદા-
જાજીર્હિગુકરંજસિંધુરુચકક્ષારૈઃ પચેત્સર્પિષઃ ॥ પ્ર-
સ્થં પાત્રિકવિશ્વસારવદરાંભો મસ્તુશુક્તૈર્જ્વરેલ્પા-
ગ્રૌ પીનસગુલ્મમેહકૃમિરુક્ષાંડુક્ષયે ષટ્પલં ॥ ૧ ॥

ખીડલવણુ તોલા ૨, પંચકોલ તોલા ૨, હોંસ
તોલા ૨, જીં તોલા ૨, અજમોદ તોલા ૨, ઉદ્-
ભિદ લવણુ તોલા ૨, કાળીજીરી તોલા ૨, હીંગ

તોલા ૨, જવખાર તોલા ૨ લઈ ધી તોલા ૬૪
 મુંઠનો કાઢો તોલા ૬૪, દાડમનો રસ તોલા ૬૪,
 બોરનો કાઢો તોલા ૬૪ અને દહીંનું ઘોળવું તોલા
 ૬૪ નાખી પકાવવું. તે ૧ શેર ધી રહે ત્યારે ઉ-
 તારવું તે ધી, જવર, મંદાગ્નિ, પીનસ, ગુલ્મ, પ્ર-
 મેહ, કૃમિ, પાંડુ અને ક્ષયને મટાડેછે.

વજ્ર ધૂત.

દ્વિર્વ્યાધ્યામિત્રિકટુકટુકાકુંભદંતીવિપોગ્રા શ્રે-
 ષ્ઠા પાઠાર્ગવધકરતલૈઃ સ્તુક્પયોમુષ્ટિપિષ્ટૈઃ ॥ સ-
 પ્પિઃ પ્રસ્થં પચય જયાતિ શ્વિત્રહિધ્મારમગુલ્મછીહા-
 કુષ્ઠં કઠિનજઠરે સ્નેહરેકી ચ વજ્રં ॥ ૨ ॥

ભોરીંગણી, ચિત્રક, ત્રિકટુ, કટુ, નસોતર,
 દંતીમૂળ, અતિવિષ, વજ્ર, ત્રિક્ષ્ણા, કાળીપાડ,
 ગરમાળો, એ ઔષધો બધે તોલા લઈ ચાર તોલા
 થોરના છીરમાં ભીંજવી ધી તોલા ૬૪ માં નાખી
 પકાવવું. તે ધી ઘોળો કોઢ, હેડકી, પથરી, ગુલ્મ,
 બરલ, કોઢ, ગુલ્મ એ રોગો મટાડેછે. આ ઔષધ
 સ્નેહન તથા રેચન છે.

રાસ્નાદિ ધૃત.

રાસ્નાસારપટ્ટણત્રિલવણક્ષારદ્વિધાત્રીવૃત્તીમા-
 ર્જ્ઞીયાસબલમ્લવેલ્લબૃહતીદ્રાક્ષાભયાપૌષ્કરૈઃ ॥ દી-
 પ્યોગ્રાબ્દસુરદ્વિશૃંગિસટિકાવૃશ્રીકયુગ્મોક્ષુરૈર્હિ-
 ધ્માશ્વાસહતસ્વરાગ્રિકસને વ્યાઘ્યંમસાજ્યં શૃતં ॥૩॥

રાસ્ના, દાડમની છાલ, પરકટુ, ત્રિલવણ (સં-
 ધવ, સંચળ ને બીડલવણ) જવખાર, આંબળાં,
 ભુંઈ આંબળી, કાળીપાડ, ભારંગીનાં મૂળ, ધમાસો,
 બળદાણા, અમ્લવેતસ, વાવડીંગ, ભોરીંગણી,
 ઘાખ, હરડે, એરડાનાં મૂળ, જવાન, વજ, મોથ,
 દેવદાર, ઋદ્ધિ, કાકડાશીંગી, કચુરો, ઘાળી સા-
 ટોડી, રાતી સાટોડી, અને ગોખર એ સમભાગે
 લઈ ભોરીંગણીના કાઠામાં ધી પકાવી સિદ્ધ કરવું
 તે હેડકી, શ્વાસ, સ્વરભેદ, મંદાગ્નિ અને કાસને
 મટાડે છે.

કલ્યાણ ધૃત.

ગોપ્યૌ પળ્યૌ નિશેરુઙ્નતહિમબૃહતીસારતાલી-
 સદંતીશ્રેષ્ઠૈર્દ્રીં પદ્મકૈલોત્પલસુરવિકસૈલેયવેલ્લેમકૌ-

ત્યઃ ॥ સ્ત્રીદીપ્યોગ્રાબ્દજાતીમુકુલમિતિ
 કલ્યાણકાજ્યં કંડૂમૂર્છીસ્ત્રિપાંડુજ્વરગરકસનાકા-
 દશોફેષુ પુત્ર્યં ॥ ૪ ॥

ઘોળી ઉપલસરી, કાળી ઉપલસરી, સાલવણુ,
 પીલુડી, હળદર, દારૂહળદર, કઠ, તગર, સુખડ,
 લોરીંગણી, દાડમ, તાલીસપત્ર, દંતીમૂળ, ત્રિફળા,
 કડુવૃંદાવન, (ઈંદ્રવારૂણી) પદ્મકાષ્ઠ, ઐળચી, ક-
 મળ, દેવદાર, મજીઠ, સુગંધીવાળો, વાવડીંગ,
 નાગકેસર, કપીલો, ઘઉં, અજમા, વજ, મોથ,
 અને નાઇનાં પૂલ એ ઔષધો સમભાગે લઈ તેનું
 ધી પકાવવું. તે ખરજ, મૂર્છા, રક્ત, પાંડુ, જ્વર,
 વિષ, કાસ, ઉન્માદ, અને સોજા મટારેછે તથા
 પુત્ર આપેછે.

ફળ ધૃત.

મંજિષ્ઠાકુષ્ઠકૌંતીમધુકનતસિતોઽગ્રાજમોદાઽ
 શ્વગંધામેદે પદ્માહ્વદંતીવૃષભવરિવરાજીવકાદારુ-
 વીરે ॥ વ્યાઘ્રયૌ દ્રાક્ષાબ્દહિંગૂત્પલહિમકટુકાલ-

નેશેતૈઃ સિદ્ધં ક્ષીરે ફલાજ્યં શિશુવયુ-
મૂતશુક્રાર્તવાર્તૌ ॥ ૧ ॥

મજ્જા, કઠ, કપીલો, જેઠીમધ, તગર, સાકર,
વજ, અજમોદ, આંસોદ, મેદા, મહામેદા, પદ્મકાષ્ઠ,
દંતીમૂળ, અરડૂસો, શતાવરી, ત્રિફળા, જીવક,
દેવદાર, કાકોળી, ક્ષીરકાકોળી, ઉભી ભોરીંગણી,
બેઠી ભોરીંગણી, ઘાખ, મોથ, હીંગ, કમળ,
સુખડ, કડુ, ઘોળી રીંગણી, એળચી, હળદર, અને
દારૂહળદર એ ઔષધો સમભાગે લઈ તેથી ચાર-
ગણું ધી અને ધીથી ચારગણું દુધ લઈ પકાવવું.
તે ફક્ત ધી રહે ત્યારે ઉતારી ખાવું. તેથી ખાળ-
રોગ મટે, પુરૂષનું વીર્ય શુદ્ધ થાય અને સ્ત્રીઓનો
આર્તવ શુદ્ધ થાય.

પંચગવ્ય ધૃત.

સપ્તાહા દશમૂલપુષ્કરવરાં માર્જીર્દ્રનીલીનિશે
મૂર્વાઘાટયવાસફલિવમકળાસ્તિક્તાર્ગવધાસ્તજ્જલે ॥
મૂર્વાકુંભકિરાતપુષ્કરવૃકીભૂતીકદંત્યૌ નિશે ગો-
પ્યૌ રોહિષયાસવેલ્લમદયંત્યુગ્રા ગજાહ્વા દ્વિજા

॥ ૬ ॥ તિક્તા વ્યોષમૃદગ્નિનીલિનિચુલાસ્તૈઃ પંચ-
ગવ્યં પચેત્પાંડ્વાર્શોજ્વરશોથગુલ્મજઠરાપસ્મારકા-
સક્ષયે ॥

સપ્તપર્ણુ, દશમૂળ, એરડાનું મૂળ, ત્રિક્ષ્ણા,
ભારંગી, ઇંદ્રજવ, ગળી, હળદર, દારૂહળદર, મુ-
ર્રમાંસી, અધેડો, ધમાસો, કાળા ઉંખરાનાં પાન,
ગજપીપળ, કડુ, અને ગરમાળાનો ગર્ભ, તેનો
કાઢો કરી તેમાં મુર્રમાંસી, નસોતર, એરડાનું મૂળ,
કાળીપાડ, કરીઆતું, સુગંધી રોહીસખડ, બે જા-
તનું દંતીમૂળ, હળદર, દારૂહળદર, રોહિસંગવત,
ધમાસો, વાવડીંગ, જાંઘનાં ફૂલ, વજ, ગજપીપળ,
ભારંગી, કડુ, ત્રિકડુ, ખડી, ચિત્રક, ગળીનાં પાન,
અને લીંબડાનું મૂળ એ સર્વ ઔષધ, પંચગવ્ય
તથા તે સાથે ધી નાખી પકાવવું. તે ખાવાથી
પાંડુ, અર્શ, જ્વર, સોજ, ગુદમ, ઉદર, અપરમાર,
કાસ અને ક્ષય મટેછે.

ગિંદુ ધૃત.

ધાત્રીતોયસુધાપયોંજલિપલે સિંધ્વર્ધશાળં ત્રિ-

(૫૨)

દૃત્ કંપિછે દ્વિપદે જલે જઠરિણે ચિંદ્વાજ્યમાર્ની
પચેત્ ॥ ૭ ॥

આંબળાંનો ૨સ તોલા ૧૬, નિવડુંગ (અથવા
ગળો) નું પાણી તોલા ૪, સૈંધવ માસા ૨, નસો-
તર તોલા ૨, કપીલો તોલા ૨ અને ધી તોલા ૩૨
એપ્રમાણે ઔષધોથી પકાવેલું ધી સર્વ ઉદરરોગને
મટાડે છે.

જાત્યાદિ ધૃત.

જાતીનિંબપટોલપત્રકટુકાતુત્થદ્વિપીતારુણા ગો-
પીસિક્થકરંજબીજમધુકોશીરાજ્યમુગ્રે વ્રણે ॥

જાંઘનાં પાન, લીંબડાનાં પાન, કડવી ધીસોડી,
કડુ, મોરથુથુ, હળદર, દાડહળદર, મજીઠ, ઉપલ-
સરી, મીણુ, કરંજનાં બી, જેઠીમધ, અને વાળો
એ ધીમાં પકાવી વ્રણમાં લગાવવાથી ગમે તેવો
વ્રણ હોય તેને મટાડેછે.

ચાંગેરી ધૃત.

કૃષ્ણશોગ્રહણીકફાનિલગુદાર્તાવષ્ટમાગો ધૃતં
ચાંગેરીરસદધ્નિ પંચકટુદીપ્યાલાવૃત્તીશ્રીમુરૈઃ ॥૮॥

પંચકટુ, અજમા, ધાણુ, કાળીપાડ, ખીલી, દેવ-
દાર, એ ઔષધ લુણીનો રસ તથા દહીમાં પકાવેલ
ધી, મૂત્રકૃષ્ણ, અર્શ, સંગ્રહણી, કફ, વાયુ અને ગુ-
દબ્રંશ (આમણુ) ને મટાડેછે.

ધન્વંતરી ધૃત.

વૃશ્ચીવૌવોદદંતીસુરવરુણકપિત્થામયાકોઽયરુ-
સ્તુહ્મૂલેપૂતીદશાંઘ્યૌષધસઠિચદશામ્રં પૃથક્તત્કુથો-
ત્થાત્ ॥ પ્રસ્થઃ કોલાદ્યવાચ્છાષ્ટગુણજલશૃતે ત્રાંધ્રિ-
ગે રોહિષોગ્રા ભાર્ગ્ગીચન્વદ્વિકૃષ્ણૌષધનિચુલવરાવે-
લ્લકંપિલ્લકુષ્ટૈઃ ॥ ૯ ॥ પ્રસ્થો ધાન્વંતરાજ્યાત્ક્ષય-
સ્તુલ્લવમથૂન્માદગુલ્માંત્રપાંડૌ મેહાર્શઃકુષ્ઠશોફોદ-
રગરપિટ્કાવિદ્રધિશ્વાસકાસે ॥

ઘોળી સાટોડી, રાતી સાટોડી, અલાંબુખાર, દં-
તીમૂળ, દેવદાર, વાયવરણાંની છાલ, કોઠ, હરડે, આ-
કડાનું મૂળ, ચિત્રક મૂળ, (રાતો ખેર) નિવડુંગ
મૂળ, (થોર) પીપળી મૂળ, દશ મૂળ, એરડાનું
મૂળ, બે પ્રકારની કરંજ, મુંઠ, કચુરો એ સર્વ ઔષધો

(૫૪)

તોલા ૪૦, શ્વેત દર્ભ તોલા ૬૪, બોર તોલા ૬૪, જવ તોલા ૬૪ એ તમામ ઔષધોથી આઠ ગણું પાણી લઈ તેમાં કાઢો કરવો, તેનો ચોથો ભાગ રહે ત્યારે રોડિષ, વજ, ભારંગી, ચવક, ખીપળ, ગજ-ખીપળ, મુંઠ, લીંબડાનાં મૂળ, ત્રિફળા, વાવડીંગ, કપીલો અને કઠ એ સર્વ ઔષધો લઈ ધી તોલા ૬૪ નાખી ઉપરના કાઢામાં પકાવવું. તે ધી, ક્ષય, વાતરક્ત, ઉલટી, ઉન્માદ, ગુલ્મ, અંત્રવૃદ્ધિ, પાંડુ, પ્રમેહ, અર્શ, કોઢ, સોજ, ઉદર, પિટિકા, વિદ્રધિ, શ્વાસ અને કાસ મટાડેછે.

અટરૂષ ધૂત.

સક્ષૌદ્રં વાસકાંભઃ કુસુમશૃતવૃતં આંતિવીસ-
ર્પશોષે પિત્તાસ્ત્રિવાસગુલ્મજ્વરકસનતમઃ કામલા-
હત્ત્વરાર્તૌ ॥ ૧૦ ॥

અરડુસાનાં પાનના રસમાં અરડુસાનાં ફૂલનો ભુકો તથા ધી નાખી પકાવવું તે પાકી ગયા પછી તેમાં મધ નાખી ખાવું. તેથી આંતિ, રતવા, શોષ, રક્તપિત્ત, શ્વાસ, ગુલ્મ, જ્વર, કાસ, તિ-

(૫૫)

ભિર, કમળો, તદ્રોગ, અને સ્વરભેદ મટે છે.

સુકુમારક ધૃત.

પક્ત્વા તોયવહે પુનર્નવતુલાં કાશાદ્વિદર્માન્ન-
લાશ્વાહ્વામીરુદશાંધિરુબ્ધિષુ પંચસ્યેક્ષુ દશામ્ના-
સ્તતઃ ॥ પ્રસ્થં દ્વિદ્વિસકૃત્પયોઽવૃતરુબુસ્ત્રેહાત્પચે-
ઘ્યાઢકે ઘ્યાઘ્રૈઃ પિપ્પલિદીપ્યસિંધુમધુકદ્રાક્ષૌષધગ્રં-
થિભિઃ ॥ ૧૧ ॥ ગુલ્માર્શઃ સ્વુઢવર્ધ્મવિદ્રધિમરુ-
દ્વીજાર્તિશોષોદરહીહ્રં સુકુમારકં સુગ્વિહિતં
વૃષ્યં સરં વૃંહણમ્ ॥

સાટોડી તોલા ૪૦૦, કાશ, એ જાતના દર્ભ, દે-
વનળ, અસોંદ, શતાવરી, દશ મૂળ, એરડાનું
મૂળ, (તીર બનાવેછે તે) કાંડાનું મૂળ, વિદારી
કંદ, અને શેરડીનું મૂળ એ દરેક તોલા ૪૦ પ્ર-
માણે લઈ પાણી તોલા ૪૦૯૬ માં પકાવી અષ્ટ-
માંસ રહે ત્યારે ઉતારી લેવો તે તોલા ૫૧૨ ર-
હેલો હોય તેમાં દુધ તોલા ૧૨૮, ઘી તોલા ૧૨૮,
અને એરંડીયું તેલ તોલા ૬૪ નાખી પકાવવું તે

(૫૬)

પછી પીપળ, અજમા, સૈંધવ, જેઠીમધ, ધ્રાખ,
મુંઠ અને પીપળી મૂળ, એ ઔષધો તોલા ૮ ના-
ખવાં. તે ધી ગુલ્મ, અર્શ, વાતરક્ત, બદ, વિદ્ર-
ધિ, વાતરોગ, શુક્રરોગ, આર્ત્તવરોગ, શોષ, ઉદર,
બરલ અને વ્રણને મટાડે છે તથા દસ્ત સાફ
લાવી પુષ્ટિ કરેછે.

બૃહત્પંચમૂળાધ ધૃત.

પ્રસ્થાર્ધ ગુરુપંચમૂલસરલાસિંહીરુબ્રોસ્તત્સમં લો-
ઘં દ્વિસ્ત્રિફલાં પચેજ્જલઘટે તત્પાત્રદધ્યાદકે ॥૧૨॥
સાક્ષારત્રિપલે દ્વિમાનિહવિષસ્તત્સર્વવાતામયે યોનિ-
વ્યાપદિ વર્ધ્મગુલ્મજઠરે વાતજ્વરે ત્વત્રિવૃત્ ॥

બૃહત્પંચમૂળ, નસોતર, બેઠી ભોરીંગણી,
અને એરંડાનું મૂળ એ દરેક ચાર ચાર તોલા,
લોદર તોલા ૩૨, ત્રિકુળા તોલા ૬૪ એ સર્વ
પાણી તોલા ૧૦૨૪ માં પકાવી ચોથો ભાગ રહે
ત્યારે ઉતારી દહીં તોલા ૨૫૬, જવખાર તોલા ૧૨
અને ધી તોલા ૬૪ નાખી પકાવવું. તે ધી સર્વ
વાતરોગ, યોનિરોગ, બદ, ગુલ્મ, ઉદર રોગને

(૫૭)

મટાડે છે નસોતર વિનાનું કરેલું ધી વાતજ્વર
મટાડે છે.

અષ્ટાંગધૃત.

શંખાબ્રાહ્મ્યમૃતાર્કવલ્લિમલયૂગ્રાબ્રહ્મસોમાવરી-
ત્યષ્ટાંગં પયસા ધૃતં ચલકફઘ્રાયુષ્યસારસ્વતમ્ ॥ ૧૨ ॥

શંખાવળી, બ્રાહ્મી, ગળો, સૂર્યકુલી, કાળો હં-
બરો, વજ, ઘોળો વરધારો, અને શતાવરી એ
આઠ ઔષધોનું ધી દુધમાં પકાવી ખાવાથી વાત-
રોગ, કફ મટે, આયુષ્ય વધે અને બુદ્ધિ વધેછે.

તિક્તધૃત.

સપ્તાહ્નોગ્રાર્ગ્વધૃત્કિવરાપર્પટોશીરમૂર્વા પીતે ગો-
પ્યૌ હિમૃષવરી નિંબભૂનિંબતિક્તાઃ ॥ કૃષ્ણે છિ-
ન્નાબ્દકુલકવિષે યાસપદ્માદ્વયષ્ટી ત્રાયંત્યૈર્દ્રાંદ્રજ
इति पचाष्टद्विरंभः शिवांभः ॥ ૧૪ ॥ સર્પિસ્તિ-
ક્તં પ્રદરપિટકાકુષ્ઠવીસર્પદાહે કંડૂપાંડુબ્રમમદતમો-
વ્યંગવિસ્ફોટગંડે ॥ શોફોન્માદગ્રહણિજઠરે વિ-

દ્રઘૌ તૃડ્જ્વરાતૌ હૃદ્ગુલ્માપચિચલગ્લાતૌ વ્ર-
ણાસ્ત્રેષુ પિત્તે ॥ ૧૧ ॥

સાતવણુ, વજ, ગરમાળો, કાળીપાડ, ત્રિકુળા,
ખડઅલીયો, વાળો, મુરમાંસી, હળદર, દારૂહળ-
દર, બેન્તતની ઉપલસરી, સુખડ, અરકુસાનાં
પાન, શતાવરી, લીંબડાની છાલ, કરીઆતું, કડુ,
પીપળ, ગજપીપર, ગળો, મોથ, કડવી ધીસોડી,
બે નતનું અતિવિષ, ધમાસો, પકક, જેઠીમધ,
ત્રાયમાણુ, કડુવૃંદાવન, ઇંદ્રજ્ય એ ઔષધોનો
કલક કરી આઠગણું પાણી અને બમણો આંબળાં-
નો રસ નાખી પકાવેલું ધી પ્રદર, પ્રમેહ પીટિકા,
કોઢ, રતવા, દાહ, ખરજ, પાંડુ, ભ્રમ, મદ, આં-
ખની ઝાંખ, દાઝ, (ગાલઉપર પડેલાં લાખાં.)
વિસ્ફોટક, ગંડમાળા, સોળ, ઉન્માદ, સંગ્રહણી,
ઉદરરોગ, વિદ્રધિ, તૃષા, જ્વર, ત્વદ્રોગ, ગુદમ,
રસોળી, વાતરોગ, ગળાના રોગ, વ્રણ, રક્ત અને
પિત્તને મટાડેછે.

નારસિંહ મૃત.

વેદ્યાક્ષાસનશિશિપામિલિદિરાજ્જ્વાભયાયોદલં

પિદ્ધાષ્ટાદશવા ત્ર્યહં પચ રવૌ લૌહેથ સાયાનલે ॥
 પાદસ્થે ત્રિવરીરસે સમપયોમૃંગાપ આજ્યં ચતુસ્તૈ-
 લં ચાસ્યતિ નારસિંહમશિલાન્ રોગાન્ જરામંતકં
 ॥ ૧ ॥ ઇતિ બોપદેવપંડિતવિરચિતાયાં શતરલો-
 ક્યાં ઘૃતાધિકારશ્ચતુર્થઃ ॥ ૪ ॥

વાવડીંગ, બેહેડાં, બીખલો, સીસમ, ચિત્રક,
 ખેર, ભીલામા, હરડે, લોહનાં પત્રાં એ સઘળાં
 ઔષધોનો ભુકો કરી તેથી અઢાર ગણા પાણીમાં
 ત્રણ દિવસ ચુલાઉપર રાખી લોઢાની કડાઈમાં
 ધીમી આંચે ઉનું કરવું. તેનો ચોથો ભાગ રહે
 ત્યારે તે કાઢાથી ત્રણ ગણા શતાવરીનો રસ ના-
 ખવો, તે ઘરોઘર દુધ નાખવું અને તેટલોજ
 ભાંગરાનો રસ નાખવો તથા કાઢાથી ચોગણું ધી
 કે તેલ નાખી પકાવવું તે ધી કે તેલ સર્વ રોગોને
 મટાડે છે તથા જરા, મૃત્યુને પણ મટાડે છે.

इति घृताधिकारः



(६०)

(५) अथ तैलाधिकार.

प्रसारणीतैल.

सारिण्यश्वादशांघ्रिस्त्रिकटवरिबलाशैर्यवृश्चीव
रास्त्रा छिन्नागुप्तास्तुलांशा यवबदरकुलत्थादकाः
पट्टत्रिकुंभे ॥ पक्त्वापां तैलपात्रं समपयसि घटेत्रा-
ढके मूलकांभः शुक्तं मस्त्वारनालं दधिरस इति
तैः शौक्तिकै रुङ्गनताब्दैः ॥ १ ॥

सष्टग्रक्तोग्राष्टवर्गो नलसरलसठीबोलगालत्रिजा-
तैर्यष्टी शृंगाटसिद्धेभकणनखनिशादंतदारुद्विदी-
प्यैः ॥ मांसीपट्कट्टजाजीबिसनलकृमिजिच्चोर-
शृंगीकसेरुक्षारो योमूलरास्त्रास्त्रपटुमिशिहिमैः सा-
रिणीतैलमेतत् ॥ २ ॥ जृम्भोद्गारजराखुडक्षयरु-
जापस्मारभग्नक्षताध्मानोन्मादमनोनिलश्रुतिशिर-
स्त्वग्बीजवाग्व्याधिषु ॥

अपाट (अथवा राती साटोडी) आसोंद, द-
शभूण, गोअइ, शतावरी, अणदाणा, कांटा असे-

રીઆનાં મૂળ, સાટોડી, ગળો, રાસ્ના, અને કૌચાં
 એ પ્રત્યેક તોલા ૪૦૦, જવ બેર, કળથી એ
 તોલા ૨૫૬ પ્રમાણે લઈ તે સર્વ ઔષધો અઢાર
 દ્રોણ (એક દ્રોણ તોલા ૧૦૨૪ નો થાય છે) પા-
 ણીમાં પકાવી તોલા ૧૦૨૪ રહે ત્યારે દુધ તોલા
 ૧૦૨૪, તેલ તોલા ૨૫૬, મૂળાનો રસ તોલા ૨૫૬
 સૂક્ત (કંદાદિક દ્રવ પદાર્થ ધી તેલ વગેરે) માં
 નાખી અગ્નિસંયોગથી યંત્રદ્વારા (અર્કની માફક)
 ૨૫૬, દહીનું ઘોળનું તોલા ૨૫૬, કાંજી તોલા ૨૫૬,
 માંસરસ તોલા ૨૫૬ અને દહીનું પાણી તોલા
 ૨૫૬ નાખી કડુ, તગર, મોથ, કપુરકાચલી, મ-
 જી, વજ, અષ્ટવર્ગ (ઉપલશરી બેન્તતની, મેદા,
 મહામેદા, જીવક, ઋષભક, ઋદ્ધિ અને વૃદ્ધિ)
 ભીલામા, નેતર, કચુરો, બોલ, મીઠોળ, ત્રિજત,
 જેઠીમધ, શિંગાડો, શિલારસ, નાગકેસર, પીપળ,
 નખલા, હળદર, દાંત, દેવદાર, અજમા, અજમોદ,
 જટામાંસી, પચ્કદુ, જીરું, કમળતંતુ, દેવનાળ, વા-
 વડીંગ, ચોર હળદર, કાકડારીંગી, કસેલાં, જવ-
 ખાર, અગર, પુષ્કરમૂળ, રાસ્ના, કેસર, સૈંધવ,

વરીઆળી, અને સુખડ એ સર્વ ઔષધો બધે
તેલા લઈ ઉપર લખેલા તેલમાં નાખવાં તે તેલ,
અગાસાં, ઉદ્દગાર, (આટકાર) જરા, વાતરક્ત,
ક્ષય, શૂળ, અપસ્માર, અસ્થિભંગ, ઉરઃક્ષત, આ-
દરો, ઉન્માદ, ભ્રમ, વાતરોગ, કર્ણરોગ, શિરો-
રોગ, ત્વચારોગ, વીર્યરોગ, આર્ત્તવરોગ, અને
વાણીના રોગોને મટાડે છે.

માષતૈલ.

માષોમાસળબીજસૈર્યકયવક્ષુદ્રાત્રિકંટર્પભી કા-
ર્પાસાસ્થિકુલત્થટિંટુવદરાજક્રાથમસ્ત્વમ્લકૈઃ ॥ ૩ ॥
વ્યોષોગ્રામિશિસિંધુગાલસરળી રાસ્ત્રાનતાશ્વારુ-
ળા પાઠા કિંજવિશાખપુષ્કરબલાચીડાસુરાજાક્ષુરૈઃ ॥
સચ્છિન્નારુબુમાષતૈલમવબાદ્ધર્ધાંગશોષાપતાનાક્ષેપા-
લ્યમરુત્રિકાવયવરુદોર્મૂર્ધકંપાર્દિતમ્ ॥ ૪ ॥

અડદ, અળસી, તાગનાં બી, કાંટા અશેળી-
આનાં મૂળ, જવ, ભોંયરીગણીનાં મૂળ, ગોખરૂ,
કોચાં, કપાસીઆ, કળથી, કેરનાં મૂળ, બોરડીની
છાલ, અને બકરીના માંસનો કાઢો, દહીનું ઘો-

ળવું, કાંજી, એ સર્વ એકઠું કરી તેમાં ત્રિકટુ, વજ, વરીઆળી, સૈંધવ, ગેલફળ, ખપાટ, (અથવા રાતી સાટોડી) રાસ્ના, તગર, આસોંદ, મજીઠ, કાળીપાડ, કમળતંતુ, સાટોડી, એરડાનાં મૂળ, બળદાણા, દાણાભીંડી, દેવદાર, અજમોદ, ગોખર, ગળો, અને એરંડીયું તેલ એ સર્વ નાખી સિદ્ધ કરેલ તેલ, અપખાલુ, એકાંગવાયુ, શોષ, અપતાનક વાયુ, આક્ષેપવાયુ, આઢ્યાવાત, કેડ અને વાંસાના સાંધાનું શૂળ, હાથ પગની કળતર અને માથાનો કંપ મટારે.

ક્ષારતૈલ.

ક્ષારૌ મૂલકમસ્મહિંગુમિશિરુકુશંઠીત્રિપટ્વૌઢિ-
દં ભૂર્જગ્રંથિસુરોગ્રશિયુરસજાબ્દં તેન મિન્નૈશ્વતુઃ ॥
રંભાંભો મધુસુક્તપૂરકરસૈઃ સ્યાત્ક્ષારતૈલં શ્રવાતૌ
વાતાસૃજિ તૈલપિંડમરુણા ગોપીમધૂત્યક્ષણૈઃ ॥ ૧ ॥

જવખાર, સાજીખાર, મૂળાની ભસ્મ, હીંગ, વરીઆળી, કઠ, સુંઠ, ત્રિલવણ, ભોજપત્ર, દેવદાર, ઉદ્દિલિદ લવણ, પીપરીમૂળ, વજ, સરગ-

વાની છાલ, રસાંજન, અને મોથનો કલક કરી
કેળનો રસ મધ, કાંજી, બીજરાનો રસ એ પ્રત્યેક
ચોગણા રસમાં પકાવેલ તેલ સર્વ કર્ણ રોગને
મટાડે છે.

મજીઠ, ઉપલસરી, મધ, અને રાસ્નાનું પકા-
વેલું તેલ વાતરક્ત મટાડે છે.

શતાવરીતૈલ.

કાળાશ્વામિશિમાંસિવૃદ્ધનતરુક્રમેદાવિશાઘારુ-
ળારાસ્રૈલોગ્રબલાસ્થિરાહિમસુરૈસ્તુલ્યૈર્વરીવારિણિ ॥
ક્ષીરે ચ દ્વિરભીરુતૈલમનિલબ્યાધૌ સ્તુડે વર્ધ્મનિ
ક્ષીણે કુષ્ઠજરાસ્યશોષબધિરવ્યંગાસ્ત્રપિત્તજ્વરે ॥૬॥

ઉપલસરી, આંસોદ, વરીઆળી, જટામાંસી,
વરધારો, (અથવા શિલારસ) તગર, કઠ, મેદા-
લાકડી, સાટોડી, મજીઠ, રાસ્ના, એળચી, વજ,
બળદાણા, સાળવણુ, સુખડ અને દેવદાર એ
સર્વ ઔષધો સમ ભાગે લઈ શતાવરીનો રસ,
દુધ, તેલથી બમણું લઈ તેમાં પકાવવું. તે તેલ
વાતવ્યાધિ, વાતરક્ત, બદ, ક્ષીણતા, કોઢ, જરા,

(૬૫)

શોષ, બેહેરાપણું, દાઝ, રક્તપિત્ત, અને જ્વરને
મટાડે છે.

વજ્ર તૈલ.

માર્જીનીપૌષ્પપટ્ટાંશોલાસ્વર્ણદુગ્ધાકદંબઃ સ્ત્રી
નિર્ગુડી દધિમુરુબુશ્રીપુરેંદ્રબ્દતાક્ષ્યૌ ॥ તુલ્યેર્ક-
સ્તુકપયસિ રજનાલાનલે વજ્રતૈલં હંત્યર્શોરુર્ગતિ-
ચલકફત્વગ્ગદગ્રંથિમાલાઃ ॥ ૭ ॥

ભારંગ મૂળ, કદંબની છાલ, સુંઠે, સૈંધવ, માણુ-
શીલ, દાડી, રાજકદંબની છાલ, ઘઉંલા, નગડ,
રાળ, દેવદાર, એરડાનું મૂળ, ખીલીનું મૂળ, ગુ-
ગળ, કડુવૃંદાવન, મોથ, રસાંજન, કપીલો, હર-
તાલ અને ભીલામાં એ સમ ભાગે લઈ કલક કરી
થોરના ચીરમાં ભીલાવી તેલ સિદ્ધ કરવું. તેથી
અર્શ, વ્રણ, વાયુ, કફ, કોઠ અને ગંડમાળા
મટે છે.

નારાયણ તૈલ.

પંચાંધિત્રયપારિમદ્રબલિકાશ્વાસારણીવાર્વહે પ-
ર્થૂનાદશપાલિકાઃ પચ વટે તૈલાદકં ધ્યામ્રિકૈઃ ॥

રુઘ્વશ્રીવમિશીજટાપટુચતુઃપર્ણીનૈતૈલાહિમોગ્રાશ્વા-
વૃદ્ધરસાસુરૈઃ સમવરીતોયં ચતુર્ગોપયઃ ॥ ૮ ॥

મન્યાકંઠહનુર્ગ્રહજ્વરરદાત્યૈકાંગશોષેન્દ્રિયભ્રંશે
વર્ધ્મનિ વાતરોગિષુ નરાશ્વેષેષુ નારાયણમ્ ॥

ત્રણુ પંચ મૂળ (લઘુ મૂળ, મધ્યમ પંચ મૂળ અને
બૃહત્ પંચ મૂળ.) લીંબરો, બળદાણુ, (અતિબળા,
અગર, ખપાટ.) આસોદ, ચાંદવેલ, એ સર્વ ઔષ-
ધોમાંથી મુદ્ગપર્ણી, માષપર્ણી, શાલિપર્ણી અને
પિષ્ટપર્ણી એ ચારનાં મૂળ ઉપરના ત્રણુ પંચ મૂળની
અંદર આવે છે તે બાદ કરી બાકી રહેલી ઔષધિ
તોલા ૪૦ લઈ પાણી તોલાં ૪૦૯૬ માં નાખી પ-
કાવવાં તેનો ચતુર્થીશ (તોલા ૧૦૨૪) રહે ત્યારે
ઉતારી તેલ તોલાં ૨૫૬ કઠ, સાટોડી, વરીઆળી,
જટામાંસી, સૈંધવ, સાલવણુ, પીઠવણુ, મુદ્ગ-
પર્ણી, માષપર્ણી, (આ ચાર પર્ણી કાઢામાં નહીં
નાખતાં આ જગે નાખવી) તગર, એળચી, સુ-
ખડ, વજ, આસોદ, શિલાનિત, રાસ્ના, અને
દેવદાર એ ઔષધો ૮ તોલાં લઈ તેનો કલક કરી

(૬૭)

તે કાઢામાં નાખી, શતાવરીનો રસ તોલાં ૨૫૬
અને ગાયનું દુધ તોલા ૧૦૨૪ નાખી તેલ પકા-
વવું. તે તેલ, મન્યાસ્તંભ, શોષ, ઇંદ્રિયનો નાશ,
ગલગ્રહ, હનુગ્રહ, જ્વર, દંતપીડા, અર્ધ્વાંગ, અદ
અને સર્વ જાતના વાત રોગ ઉપર આ નારાયણ
તેલ આપવું. માણસ, ઘોડા અને હાથીઓને
પણ અપાય છે.

બલાં તૈલ.

ગુગ્ગુલુચાંદ્રિકુલત્થકોલયવવાસ્તૈલં બલાંભઃપયોંશાઃ
ષટ્ષટ્ તદિદં પચેત્પટુવરી રક્તાવિદારીનતૈઃ ॥ ૯ ॥

ગોપીયુક્મિશિદારુજીવનબલા વૃદ્ધત્રિજાતાગ-
રુશ્રેષ્ઠાબોલવિશાખસર્જસરલોગ્રાશ્વાજટારુગ્વિમૈઃ ॥
સૂતીબાલમરુદ્ધગાર્તિષુ બલાંતૈલં જ્વરોન્માદયોર્મૂત્રા-
ઘાતહતાસ્થિમર્મકસને ગુલમાંત્રવૃદ્ધિક્ષયે ॥ ૧૦ ॥

૬૨ મૂળ, કળથી, બેર અને જવનો કાઢો એક
ભાગ, તેલ એક ભાગ, બળદાણાના મૂળના ભાગ
૬, અને દુધ ભાગ ૬. એ સર્વ પકાવી તેમાં સે-

ધવ, શતાવરી, મજીઠ, વિદારીકંદ, તગર, ઉપલસ-
રી, વરીઆળી, દેવદાર, જીવનીયગણુ, બળદાણા,
પથ્થરનાં ફુલ, ત્રિજાત, અગર, ત્રિક્ષણા, રક્ત્યા-
બોલ, સાટોડી, રાળ, નેત્ર, વજ, આસોંદ, જટા-
માંસી, કઠ અને સુખડનો કલ્ક નાખી તેલ તૈ-
યાર કરવું. તે તેલ, સૂતિકા રોગ, બાળ રોગ, વા-
તઆધિ, જ્વર, ઉન્માદ, મૂત્રાધાત, અસ્થિભંગ,
મર્માધાત, કાસ, ગુલ્મ, અંત્રવૃદ્ધિ, અને ક્ષય રોગ
મટાડે છે.

અનુવાસન તૈલ.

વાત્યાહોગ્રામિશિસટિકણાયષ્ટિદાર્વાગ્નિરુશ્રીરા-
ઠૈર્મૂઢાન્ જયતિ મરુતો દ્વિઃપયોન્વાસતૈલમ્ ॥ બિં-
વિશ્યતૌ સૃતિરુજિ ગુદે વંક્ષણાનાહપિચ્છાસૃક્લ-
ચ્છ્રાત્યુત્થિતિમલરુધિશ્રોણિષ્ઠોરુદાસે ॥ ૧૧ ॥

બળદાણાનાં મૂળ, વજ, વરીઆળી, કચુરો,
પીપર, જેઠીમધ, દેવદાર, ચિત્રક, કઠ, ખીલીનાં
મૂળ અને ગેલફળનો કલ્ક કરી તેથી બમાણું
દુધ નાખી તેલ કરવું તેથી અનુવાસન અસ્થિ

(૬૯)

દેવી. એમ કરવાથી મુંઠવાયુ મટેછે. પ્રવાહિકા,
શૂળ, અતિસાર, ગુદપીડા, સાથળના સાંધામાં
પીડા, આનાહ, (પેડુનો આફરો) મળરોધ,
વારંવાર મળપ્રવૃત્તિ, (મરડો) અને નિતંબ તથા
વાંસાની પીડા મટે છે.

પદ્મિદુ તેલ.

ત્વગ્જીવામધુવેલ્લસિંધુનતયષ્ટચૈરંડરાસ્ત્રામિશિવિ-
શ્વૈર્ભૂગકતૈલદુગ્ધમિતિ ષટ્ બિંદૂર્ધ્વરુદ્નાવનં ॥

તજ, હરણુમરો, જેઠીમધ, વાવડીંગ, સૈંધવ,
તગર, મહુડાનાં ફુલ, એરડાનું મૂળ, રાસ્ના, વ-
રીઆળી અને સુંઠ એ ઔષ્ઠોનો કલક કરી ભાં-
ગરાના રસમાં તેલ સાથે પકાવી, તે પદ્મિદુ
નામનું તેલ, નાસિકામાં નાખવાથી માથાના સર્વ
રોગ મટે છે.

મૂર્વાદિ તેલ.

મૂર્વાસર્જિગદારુણાજતુનિશાવિશ્વૈસ્તુ ષટ્કદ્ધરં
યજ્જીર્ણજ્વરદાહશીતશમનં તૈલં તદભ્યંગતઃ ॥૧૨॥

મુરમાંસી, સાજીખાર, કઠ, મજીઠ, પીપળની લાખ, અને મુંઠ એ ઔષધો સમ ભાગે લઈ છ ગણા દહીંના રસમાં તેલ પકાવવું. તે તેલ અભ્યંગ કરવાથી જીર્ણીભવર, દાહ અને શીત મટે.

લાક્ષા તૈલ.

રક્તાપીતોત્પલહિમબલાગૈરિકારિષ્ટયષ્ટી લામ-
જાંમોદધિજતુતુષાંભઃપયઃશુક્તકુંભૈઃ ॥ મૂર્વારાસ્ત્રા-
મિશિસુરબલાયષ્ટિતિક્તારુણાશ્વારુક્કૌત્યબ્દદ્વિનિ-
શિનલદોશીરપદ્માહ્વશીતૈઃ ॥ ૧૩ ॥ લાક્ષાતૈલા-
ત્વચરિપુનર્ણી નમ્રપુંડ્રૈશ્ચ પાત્રં ગર્ભે બાલે જ્વરચલ-
ગર્દેદ્રગ્રહશ્વાસદાહે ॥

મજીઠ, હળદર, કમળ, સુખડ, બળદાણા, ગેરૂ, લીંબડાની છાલ, જેઠીમધ અને વાળાનો કાઢો તોલા ૧૦૨૪, દહીં તોલા ૧૦૨૪, લાખનો કાઢો (અળતો) તોલા ૧૦૨૪, કાંજી તોલા ૧૦૨૪, દુધ તોલા ૧૦૨૪, સૂક્ત તોલા ૧૦૨૪ એ

સર્વ એકઠાં કરી મુરમાંસી, રાસ્ના, વરીઆળી, દેવદાર, બળદાણા, જેઠીમધ, કડુ, મજીઠ, આસોંદ, કઠ, કપીલો, મોથ, હળદર, દારૂહળદર, જાટામાંસી, વાળો, પક્ક, ચંદન, તજ, અજમા, નખલા, નેતર અને શ્વેત કમળનો કલક કરી નાખવો તથા તેલ તોલા રૂપદ નાખી પકાવવું. તે તેલ, ગર્ભિણી, બાલ, જ્વર, વાત રોગ, રાજ્યક્ષમા, ગ્રહ, શ્વાસ અને દાહપર વાપરવું.

ગુદૂઆદિ તૈલ. (આઠ પ્રકારનું).

છિન્નારાસ્નાક્ષુરવરિચલા સારણીસૈર્યકાશ્વા કલ્કં ક્વાથઃ પયસિ પવનઘ્નાનિ તૈલાનિ ચાષ્ટૌ||૧૪

ગળો, રાસ્ના, ગોખરૂ, શતાવરી, બળદાણા, આંદવેલ, (નારી) કાંટાઅશેરીઓ અને આસોંદ એ દરેકનો કલક કરી પ્રત્યેકનો કાઢો અને દુધમાં તેલ પકાવવું. તે તેલ, સર્વ પ્રકારના વાત રોગ મટાડે છે.

મહાનીલ તૈલ.

કાશ્મર્યર્જુનપુષ્પજાંબવહિમશ્યામારુણાયોવરા પિં-

હીતાગ્નિકળાશનોત્પલમૃણાલાપંકનીલ્યંજનૈઃ ॥ મ-
હામ્રાસ્થિકસીસપુંડ્રમદયંતીબાકુચીતિલવૈસ્તુલ્યૈ-
ર્દ્વીસળબીજસૌરસદલાર્કેષ્ટાકમાતાસુરૈઃ ॥ ૧૧ ॥
યદ્દીમૃંગકુરંટકશ્ચ સિતિભિર્દેવેક્ષતૈલં મહાનીલં ધા-
ત્ર્યુદકેર્કતોયસિ પચેજ્જત્રૂર્ધ્વકેશાર્તિષુ ॥

શીવણુ અને આંજણીઆનાં કુલ, જંબુ, સુ-
ખડ, ઘઉંલા, મજીઠ, અગર, ત્રિફળા, મધ, ચિ-
ત્રક, પીપળ, બીઅલાની છાલ, નીલકમળ, કમળ-
તંતુ, કાળી માટી, ગળી, સુરભે, ભીલામાં, આં-
ળાની ગોઠલી, હીરાકસી, લઘુ પીપળ, વેલભોધરી,
બાબચી અને લોદર એ સમ ભાગે લેવાં. શણુ-
નાં બી, તુળસીનાં પાન, સૂરજફળી, કાંગ, દેવ-
દાર, જેઠીમધ, ભાંગરો, કાંટાઅશેરીઆ, એ
બમણાં લેઈ બેહેડાનું તેલ કહાડી કાળી ઘોળી
ગળી નાખી આંબળાના રસમાં લોહોડાના વાસ-
ણુમાં સૂર્યને તાપે પકાવવું. તે સારી પેઠે ઉનું
થયા પછી અગ્નિએ પકાવવું. તે કેશને કાળા ક-
રેછે અને માથાના વિકાર મટાડે છે. (આ એક
કેશકલ્પ છે.)

હિણીશિયુદંતી ત્રાયંતી યાસવિશ્વાર્ગ્વધકૃમિહવ-
રાબ્દેદુલેખાંબુરુષ્કઃ ॥ ૧ ॥ શુદ્ધો મૂત્રેંદુરાજી-
પુરપ્થગપ્થગ્વાકૃતૈઃ ક્વાથ ઉક્તો વિસ્ફોટસ્વિત્ર-
કુષ્ઠવ્રણકૃમિસ્તુલ્બીસર્પમેહજ્વરેષુ ॥

આહ્મી, કઠ, જેઠીમધ, કડુ, ઇંદ્રજવ, ખેરની
છાલ, અરડુસાનાં પાન, વાળો, મજ્જા, કડવી
ધીસોડી, (અથવા કડુપરવલ) ગળો, વજ,
પદ્મક, ઇંદ્રવારૂણી, કડાછાલ, સુખડ, કાળીપાડ,
અતિવિષ, ખડસલીઓ, લીંબડાની છાલ, મુર-
માંસી, બે જાતની ઉપલસરી, કરીઆતું, નસોતર,
ચિત્રક, બીબલો, શતાવરી, હળદર, દારૂહળદર,
કડુ, સરગવાની છાલ, દંતીમૂળ, ત્રાયમાણુ, ધ-
માસો, મુંઠ, ગરમાળાનો ગર્ભ, વાવડીંગ, ત્રિ-
ફળા, મોથ, બાબચી, કાળો વાળો, અને બીલામાં
એ સમ ભાગે લઈ કલકથી સોળગણું પાણી નાખી
આઠમો ભાગ રહે ત્યારે ઉતારવો. તે ક્વાથમાં
ગોમૂત્ર, બાબચી અને ગુગલ ઉપર નાખવાં. અ-
ગર ક્વાથમાં પણ એ ઔષધો પડેછે. તે વિસ્ફો-

ટક, વ્રણ, કૃમિ, વાતરક્ત, રતવા, પ્રમેહ, અને
જવરને મટાડે છે.

त्रिरास्नाद्वि स्वाथ.

त्रैरास्त्रं सैर्ययासाब्दरुबुदृषविषाश्चव्यवृश्चीव-
कृष्णा व्याघ्रीयुगदारुधान्योअमिशिवरिबलावेछरी
विश्वपथ्यं ॥ २ ॥

छिन्नासक्यर्ग्वधाश्वाक्षुरयुतमनिले संधिमज्जा-
स्थिचाभा मुंडीदीप्यादिशुंध्यन्यतमकरजसाजानु-
जंघाहनूरू ॥ खल्लीपक्षार्तिखर्वापवनचलनश्लीप-
दक्रोष्टशीर्षस्वापाश्वोर्वधर्मगुल्मादितखुडनहने कु-
ब्जहृद्बीजरोगे ॥ ३ ॥

ત્રણ ભાગ રાસ્ના, એક ભાગ કાંટાચશેરીઆ,
 ૧ ભાગ ધમાસો, ૧ ભાગ મોથ, ૧ ભાગ ચેરડાનું
 મૂળ, ૧ ભાગ ચેરડુસાનાં પાન, ૧ ભાગ અતિ-
 વિષ, ૧ ભાગ ચવક, ૧ ભાગ સાટોડી, ૧ ભાગ
 પીપળ, ૧ ભાગ બેઠી ભોરીંગણી, ૧ ભાગ ઉભી

ભોરીંગણી, ૧ ભાગ દેવદાર, ૧ ભાગ ધાણા,
 ૧ ભાગ વજ, ૧ ભાગ વરીઆળી, ૧ ભાગ શ-
 તાવરી, ૧ ભાગ બળદાણાનાં મૂળ, ૧ ભાગ વર-
 ધારો, ૧ ભાગ સુંઠ, ૧ ભાગ હરડે, ૧ ભાગ ગળો,
 ૧ ભાગ કચુરો, ૧ ભાગ ગરમાળાનો ગર્ભ, ૧ ભાગ
 આસોંદ, અને ૧ ભાગ ગોખરૂ એ ઔષધોનો કરેલો
 ક્વાથ, ચૂર્ણોવિકારમાં કહેલું આભાદિ ચૂર્ણ, મું-
 ડ્યાદિ ચૂર્ણ, દીપ્યાદિ ચૂર્ણ, અને સુંઠી ચૂર્ણ, એ-
 આમાંથી એક ચૂર્ણ સાથે સેવન કરવાથી વાત-
 વ્યાધિ, સંધિગત વાયુ, મન્તગત વાયુ, અસ્તિ-
 ગત વાયુ, જનુગત વાયુ, જંઘાગત વાયુ, ડાઢીનો
 વાયુ, સાથળનો વાયુ, ખજીરી વાયુ, પક્ષાઘાત,
 ખરજ, આમવાત, કંપવાયુ, રોક્ષિ, (પગમાં
 સોજે થઈ પાકે છે તે) નિદ્રા, અર્શ, વાનો ગોળો,
 ગોળો, બદ, ગુદમ, અડદીઓ વાયુ, વાતરક્ત,
 કુખરો, ત્વદ્રોગ, શુક્રોગ, અને આર્ત્તવ રોગને
 મટાડે છે.

મૂર્વાદિ ક્વાથ.

મૂર્વામાર્જીંદ્રજકટુકબરીહિવિપાષટ્કટૂચા જી-

રેકૌતીંદ્રજફલવૃકીવેલ્લહિંગ્વેલદીપ્યં ॥ દ્રેક્કોતિ-
ક્તારલુચલકફે ગુલ્મમેદઃ પ્રતિશ્યામેહાર્શોલ્પાન-
લક્રમિરુજાલ્યાનિલાધ્માજ્વરામે ॥ ૪ ॥

મુઝ્માંસી, ભારંગીનાં મૂળ, કડાછાલ, સર્પેપ,
અજમોદ, થોરની કાંસી, અતિવિષ, ષટ્કટુ, વજ,
શૂં, કપીલો, ઇંદ્રજવ, કાળીપાડ, વાવડીંગ,
હીંગ, એળચી, અજમા, બકાન, કડુ, અરલુનાં
મૂળ, અને ગેલફળ એ સમ ભાગે લઈ તેનો ક્વાથ
કરવો. તેમાં હીંગનો પ્રતિવાસ દેવો અને બા-
કીનાં ઔષધોનો ક્વાથ કરવો. તેથી વાતરોગ,
કફ, ગુલ્મ, મેદ, શરદી, પ્રમેહ, અર્શી, મંદાગ્નિ, કૃમિ-
રોગ, આઢ્યવાયુ, આદમાન, (પેટનો આદરો)
અને આમજ્વર મટે.

દાર્વાદિનિરૂ.

દારુચ્છિન્નાશ્વગંધાર્ગ્વધમદનબલાન્હસ્તપંચાંધિ-
રાસ્તા વૃશ્ચીવં પાલિકં ત્રિઃ સઠિરુચ્ચુસલિલં વ્યાઢકે-
ષ્ટાંશશેષે ॥ સ્ત્રીતાર્ક્ષાબ્દેંદ્રજોગ્રામિશિકળહપુષાય-

ષ્ટિકર્ષૈનિરૂહોરુગુલમાર્શોરમવર્ધ્મગ્રહણિષુ પવને
સર્વગેધો વિશેષાત્ ॥ ૧ ॥

દેવદાર, ગળો, આસોંદ, ગરમાળો, મીઠોળ,
બળદાણા, લઘુ પંચ મૂળ, રાસ્તા, સાટોડી, એ પ્ર-
ત્યેક ચાર ચાર તોલા, કચુરો તથા એરડી એ
બાર તોલા, લઈ પાણી તોલા ૧૦૧૨ માં ઉકાળી
આઠમે ભાગ રહે ત્યારે ઉતારી તેમાં ઘઉંલા,
મોથ, ઈંદ્રજવ, વજ, વરીઆળી, પીપળ, હોંસ,
જેઠીમધ, એ અઢેક તોલો લઈ ચૂર્ણ કરી ના-
ખવાં. પછી તેની નિરૂહઅસ્તિ દેવી તેથી શૂળ,
ગુદમ, અર્શ, પથરી, બદ, સંગ્રહણી, સર્વાંગવાયુ
(તેમાં પણ કટિથી નીચેના ભાગમાં થએલા વા-
યુને વધારે) મટાડે છે.

દ્રાક્ષાદિ.

દ્રાક્ષાપદ્મકવૃદ્ધિજીવનતુગાશૃંગ્યદ્ધિપુંડ્રામૃતા-
સ્તન્યઃ પ્રીણનવૃષ્યબૃહ્ણમરુત્પિત્તપ્રણુજીવનઃ ॥

ત્રાખ, પદ્મક, વૃદ્ધિ, જીવનીયગણુ, વંશલોચન,
કાકડાશીંગી, ઋદ્ધિ, શ્વેત કમળ, અને ગળોનો

(૭૯)

કાઢો સ્ત્રીઓનું દુધ વધારે છે, તૃપ્તિ કરેછે, પુર-
ણના વીર્યની વૃદ્ધિ તથા શરીરની પુષ્ટિ કરેછે.
વાત અને પિત્તને મટાડે છે, અને જીવનને
વધારે છે.

ભૂનિંબાદિ.

ભૂનિંબાબ્દદશાંધિદાર્વિભકળાતિક્તેન્દ્રજાલ્લૌપધં
મૂર્ચ્છાતંદ્રરુચિપ્રલાપકસનસ્વાસેષુ સર્વજ્વરે ॥ ૬ ॥

કરીઆતું, મોથ, દશમૂળ, દેવદાર, ગજંપીપળ,
કડુ, ઇંદ્રજવ, ધાણા, સુંક, એ ઔષધોનો કપાથ,
મૂર્છા, ઘેન, અરૂચિ, પ્રલાપ, કાસ, શ્વાસ, અને અર્થ
પ્રકારના જ્વરને મટાડે છે.

વિષાણ્યાદિ કપાથ.

મેદોક્ષુદ્રુલ્મવિદ્રઘ્યનિલકફશિરાતૌ વિષાણ્ય-
મિશૈર્યૌ વ્યાધ્યૌ શ્રીદર્ભમૂર્વાડર્ગટવરણવરીશિશુ-
મંથૌ કરંજૌ ॥

કાકડાશીંગી, ચિત્રક, પીળો કાંટાચશેરીઆ,
ઘોળો કાંટાચશેરીઆ, બેઠી ભોરીંગણી, ઉભી

ભોરીંગણી, ખીલી, દર્ભ મૂળ, મુરમાંસી, કાળો કાં-
ટાઅશેરીઓ, વાયવરણો, શતાવરી, સરગવાની
છાલ, બે જાતનો કુવાડીઓ, અને બે જાતની કરંજ
એ ઔષધોનો ક્વાથ, મેદ, મંદાગ્નિ, ગુદમ, વિ-
દ્રધિ, વાત રોગ, કફ રોગ અને માથાની પીડાને
મટાડે છે.

શૃંગ્યાદિ ક્વાથ.

શૃંગ્યુગ્રાપર્પટઃ કટ્ફલતૃણસુરમાઙ્ગચ્ચબ્દવિરવા-
ભયાહ્વાકાસસ્વાસાસ્યરોગજ્વરબલકફહૃત્કુક્ષિપા-
શ્વર્તિશોફે ॥ ૭ ॥

કાકડાશીંગી, વજ, ખડસલીયો, કાયફળ, રો-
હિષ, દેવદાર, ભારંગી, મોથ, સુંઠ, હરે, અને
ધાણુનો ક્વાથ કાસ, શ્વાસ, મુખ રોગ, જ્વર, બ-
ળહાનિ, કફ, કાખની પીડા, પડખાનું શૂળ, અને
સોજાને મટાડે છે.

પથ્યાદિહિમાદિશ્વ.

પથ્યાગ્રંથ્યબ્દતિક્તાર્ગવધમનિલકર્તાતિજ્વરામેહિ

માછાચિછન્નાપદ્માન્હનિવજ્વરવમિકફતૃપિત્તદાહા
ક્ષુદામે ॥

હરડે, પીપળીમૂળ, મોથ, કડુ, અને ગરમા-
ળાનો ક્વાથ કંકજ્વર શૂળ અને આમજ્વરને મ-
ટાડે છે. રતાંજલિ, ધાળા, ગળો, પદ્મક અને
લીંબડાની છાલનો ક્વાથ જ્વર, ઉલટી, કંક,
તૃષા, દાહ, મંદાગ્નિ, અને આમ દોષને મટાડે છે.

અતિવિષાદિ ક્વાથ.

સાસ્ત્રે સાક્ષુદ્ધિવંધે જ્વરવતિ સરુગામાતિસારે
“ વિષાંબુશ્રીંદ્રોઢં,” શ્રીબુધાનૌષધં, અમૃતવિષા-
ઢેંદ્રમૂનિવિરવા ॥ ૮ ॥ ॥

અતિવિષ, વાળો, બીલી, ઇંદ્રજવ અને મો-
થનો ક્વાથ, રક્તસહિત અથવા શૂળસહિત આ-
માતિસાર અને મળ બંધને મટાડે.

ગળો, અતિવિષ, મોથ, કડાછાલ, કરીઆતું
અને સુંઠનો ક્વાથ જ્વરને મટાડે.

મુસ્તાદિ ક્વાથ.

મુસ્તાશિશુવરાશુપર્ણિકલિમં સાવેલ્લકૃષ્ણઃ કૃમૌ

મોથ, શરગવાની છાલ, ત્રિકુળા, ઉંદરકની, અને દેવદારનો ક્વાથ, વાવડીંગ અને પીપળનો પ્રતિવાસ આપવાથી સર્વ પ્રકારના કૃમિને મટાડે છે.

ગોક્ષુરાદિ ક્વાથ.

કૃચ્છૂર્તાૌ સરુધિસુરાર્ગ્વધશિવાયાસાર્મભિત્સો-
પલં ॥

ગોખરૂ, ગરમાળાનો ગર્લ, ધમાસો, અને પા-
પાણુભેદનો ક્વાથ સાકર નાખી પીવાથી મૂત્ર-
કૃમ્મ, શૂળ અને મૂત્રમાં રૂધિર હોય તેને મટાડે છે.

હુરિદ્રાદિ ક્વાથ.

વિસ્ફોટજ્વરશીતપિત્તવિષવીસર્પે મસૂર્યાં નિશા-
યુક્સપ્તાહ્વપટોલવેત્રાદિરોરિષ્ટાબ્દવાસામૃતમ્ ॥૯॥

હળદર, દારૂહળદર, સાતવણુ, કડુ, પરવલ,
(કડવી ધીસોડી) નેતરનાં મૂળ, ખેરની છાલ,
લીંબડાની છાલ, મોથ, અરડુસાનાં પાન અને
ગળોનો ક્વાથ, વિસ્ફોટક, જ્વર, શીળસ, વિષ-
વિકાર, રતવા અને મસૂરી (શીતળા અથવા
અછબડા) ને મટાડે છે.

દીપ્યાદિ ક્વાથ.

દીપ્યૌ રોહિણ્યજાજ્યૌ પૃથુમિશિશ્વદિરસ્વાર્ણ-
મોચોત્તમાહ્વા વંશત્વગ્ધ્યામપૂમાસનમિતિ સરસં
સ્ત્રીષુ સદ્યઃસુતાસુ ॥

અજમા, અજમોદ, કડુ, જીરું, શાહાજીરું, કા-
ળીજીરી, બહુફળી, વરીઆળી, ખેરસાર, હળદર,
ઉંટકંટો, ત્રિક્ષ્ણા, ધાણા, વાંસની છાલ, રોહિષ,
સોપારી અને ખીબલાનો ક્વાથ મરીના પ્રતિ-
વાસ સાથે તરત પ્રસવ થએલી સ્ત્રીને ઘણું
ઉપયોગી છે.

દાવ્યાદિ.

દાર્વીભૂનિંબમહ્લીતિલવૃષરસજાબ્દંસમધ્વસ્ત્રયોનૌ
દારહળદર, કરીઆતું, ભીલામાં, તલ, અરકુ-
સાનાં પાન, રસાંજન અને મોથનો ક્વાથ, મધ
નાખી પીવાથી રક્ત પ્રદરને મટાડે છે.

ત્રિક્ષ્ણાદિ.

શ્રેષ્ઠા ભૂનિંબનિંબામૃતવૃષકટુકાકામલાપાંડુ-
રોગે ॥ ૧૦ ॥

ત્રિક્ષણા, કરીઆતું, લીંબડાની છાલ, ગળો, અ-
રડુસાનાં પાન અને કડુનો ક્વાથ, કમળો અને
પાંડુરોગને મટાડે છે.

ચંદનાદિ.

શીતોશીરબલાબ્દપર્પટવિષાધાન્યંબુયાસારલુચ્છિ-
ન્ના ગર્ભિણિસૂતિકાસુ સરુજામાસ્ત્રેતિસારે જ્વરે ॥

રતાંજલિ, વાળો, બળદાણુ, મોથ, ખડસ-
લીઓ, અતિવિષ, ઘાણુ, કાળો વાળો, ધમાસો,
અરળુ, (મોટો અરડુસો જેમાંથી ઢોલ બનેછે તે)
અને ગળોનો ક્વાથ, ગર્ભિણી, અને સૂતિકાને
હિતકારી છે તથા પીડાયુક્ત આમાતિસાર અને
જ્વરને મટાડે છે.

વ્યાધ્યાદિ.

વ્યાધ્યૌ શુંઘ્યમૃતાસ્થિરેક્ષુરકિરાતાબ્દં કફાન્ય-
જ્વરે વ્યાઘ્રીધાત્ર્યમૃતાબ્દશુંઠિસકળાક્ષૌદ્રં જ્વરે
ચાસમે ॥ ૧૧ ॥

બેઠી ભોરીંગણી, ઉભી ભોરીંગણી, સુંઠ, ગ-
ળો, સાલવાણુ, પીઠવણુ, એખરો, કરીઆતું

(૮૫)

અને મોથનો ક્વાથ, કફ વિનાના જ્વર ઉપર ઉપયોગી છે.

ભોરીંગણી, આંબલી, ગળો અને મોથનો ક્વાથ કરી સુંઠ અને પીપળનો અતિવાસ દર્દ મધ સાથે પીવાથી વિષમ જ્વરને મટાડે છે.

શુંગ્યાદિ.

શુંગીવ્યાઘ્રીપટુગણવરાવ્યોષમાર્ઙ્ગીસમૂલૈર્હિંધ્મા-
શ્વાસોર્ધ્વચલકસને પીનસે વિશ્વમાઙ્ગર્યોઃ ॥

કાકડાશીંગી, ભોરીંગણી, પંચલવણુ, ત્રિકુળા, સુંઠ, પીપળ, મરી, ભારંગીનાં મૂળ, અને એરડાનાં મૂળ નાખી કરેલો ક્વાથ સુંઠ અને ભારંગી સાથે અપવાથી હેડકી, શ્વાસ, ઉર્ધ્વવાત, (ઓડકાર) કાસ, પીનસ, એ રોગોને મટાડે છે.

યવાદિ.

હિંગુસ્ત્રિજિત્રિકટુયવભૂપુષ્કરૈરામગુલ્માનાહાજી-
ર્ણજ્વરરુજિયવૈરંડશુંઠીદશાંઘિઃ ॥ ૧૨ ॥

જવ, એરડાનું મૂળ, સુંઠ અને દશમૂળનો ક્વાથ, હીંગ, સાણખાર, ત્રિકટુ, જવખાર, અને

એરડાનાં મૂળનાં ચૂર્ણ સાથે આપવાથી આમ, ગુદમ, અનાહ, અજીર્ણ, જ્વર એ રોગોને મટાડે છે.

વ્યાધ્યાદિ.

કાસશ્વાસજ્વરે ક્ષુન્મરુદરુચિકામેષુ પાર્શ્વાતિપિત્તે વ્યાધ્રીવિશ્વામૃતાપુષ્કરમિહ સકળં ત્ર્યાદિ-સાર્તિપ્રતિરયા ॥

ભોરીંગણી, સુંઠ, ગળો, અને એરડાનાં મૂળનો ક્વાથ, કાસ, શ્વાસ, જ્વર, મંદાગ્નિ, વાતરોગ, અરિચિ, કફ અને આમને મટાડે છે. તેમજ ભોરીંગણી, સુંઠ અને ગળોનો ક્વાથ, પીપળના પ્રતિવાસ સાથે લીધાથી ઉપરના રોગ, શૂળ તથા શરદીને મટાડે છે.

આટરૂપક ક્વાથ.

પિત્તે સામૃદરે મૃદ્રસજમધુલતાં રોધ્રવાનાટરૂષઃ

માટી, રસાંજન, ઘઉંલા, અને અરડુસાના પાનનો ક્વાથ મધ નાખી પીવાથી રક્તપિત્ત અને પ્રદર મટે છે.

(૮૭)

દ્રાક્ષાદિ ક્વાથ.

દ્રાક્ષાદાર્વીવરાજાત્યમૃતમધુયવાસંમુલસ્થૌ મુલા-
તૌ ॥૧૩ ॥

ધ્રાખ, દારૂડળદર, ત્રિકુળા, જાંઘનાં પાન, ગળેા
અને ધમાસાનો ક્વાથ મધની સાથે મુખમાં
રાખવાથી મુખના રોગને મટાડે છે.

તિલ ક્વાથ.

માર્ક્કીવ્યોષાજ્યતિલગુડતિલજવાઃ પુષ્પનાશેસ્ત્ર-
ગુલ્મે ।

ભારંગી મૂળ, ત્રિકુટુ, ધી, તલ, ગોળ એ ઓ-
ષધો તેલના ક્વાથમાં નાખી દેવાથી ઋતુ સારી
રીતે આવે તથા રક્તગુદ્મ મટે છે.

શુંઠી ક્વાથ.

વિશ્વં હિંમ્વૌષધરુચકયુક્ શ્લેષ્મવાતાત્યજીર્ણે ॥

સુંઠના ક્વાથમાં હીંગ, સુંઠ અને સંચળ નાખી
પીવાથી કફ, વાયુ, અને અજીર્ણ મટે છે.

ખીન્ને શુંઠી ક્વાથ.

શુંઠીછિન્નાબ્દવિષમતિમૃત્યુદામે ગ્રહણ્યાં

સુંઠ, ગળો, મોથ, અને અતિવિષનો ક્વાથ,
અતિસાર, મંદાગ્નિ, આમ અને સંગ્રહણીને મ-
ટાડે છે.

રાસ્નાદિ.

રાસ્નાછિન્નોષધરુબુસુરં ચામસર્વાંગવાતે ॥ ૧૪॥

રાસ્ના, ગળો, સુંઠ, એરડાનું મૂળ અને દેવ-
દારનો ક્વાથ આમવાત અને અર્ધાંગ વાતને
મટાડે છે.

ત્રીને શુંઠ્યાદિ ક્વાથ.

શોફે શુંઠીકિરાતં જરણવૃકિનિશાવ્યાઘ્રિપં-
ચોષણાન્દૈઃ

સુંઠ અને કરીઆતાનો ક્વાથ કરી તેમાં જીરું,
કાળીપાડ, હળદર, ભોરીંગણી, પંચકોલ, (પી-
પળ, પીપળીમૂળ, ચવક, ચિત્રો અને સુંઠ) અને
મોથનું ચૂર્ણ નાખી પીવાથી સોજો મટે છે.

ફલગ્વાદિ.

શ્વિત્રે ફલગ્વક્ષવલ્કં સગુડમલયુયુક્ ગુગુલુસ્તુ
વ્રણાઝ્યા ॥

કાળો હંથરો અને બેહેડાની છાલનો ક્વાથ,
ગોળ અને બાબચી નાખીને પીવાથી કોઠ મટે.
ત્રિક્ષણના ક્વાથમાં ગુગળ નાખી પીવાથી ત્રણ
મટે.

ધાત્રી ક્વાથ.

મેહે ધાત્રીસપીતામધુ:

આંબળાના ક્વાથમાં હળદર અને મધ નાખી
પીવાથી પ્રમેહ મટે.

છિન્નાદિ.

અથ મધુનામાતિસારે જ્વરાસૃક્શૂલે ચ્છિન્નાક્ષુ-
રાબ્દશ્રિયવરુચુરજઃ કાંજિકસ્વિન્નપથ્યા ॥ ૧૧ ॥

કાંજીમાં હરડે નાખી ક્વાથ કરી તેમાં ગળો,
ગોખરૂ, મોથ, બીલીનો ગર્ભ, જવ અને ચેરડાનાં
મૂળનું ચૂર્ણ નાખી મધ મેળવી પીવો. તેથી આ-
માતિસાર, જ્વર અને રક્તશૂળ મટે છે.

પાલિંધાદિ.

પાલિંદીસુવહાશિરીષરજનીમૈલારુણાશીતનિર્ગુ-
હીશેલુવિષે

નસોતર, રાસ્ના, સરસવ, હળદર, નાગકેસર,
એળચી, મજીઠ, રતાંજલિ, નગડનાં પાન અને
ગુંદાના પાનનો ક્વાથ વિષવિકારને મટાડે છે.

અમૃતાદિ.

મૃતૌષધવૃત્તીતિક્તાબ્દગોપીંદ્રજં ॥ મૂર્વાતિત્ત-
મુરં પયસ્યવિમલે-

ગળો, મુંઠ, કાળીપાડ, કડુ, મોથ, ઉપલસરી,
ધંદ્રજવ, મુરમાંસી, કરીઆતું અને દેવદારનો
ક્વાથ, સ્ત્રિયોનું દુધ બગડેલું હોય અથવા નાશ
પામ્યું હોય તેને સારો છે.

શૃંગ્યાદિ.

હિધ્માસુશૃંગીસઠીવંદા પુષ્કરકોલમજ્જબૃહતીયુ-
ગ્યાસપથ્યાકળા ॥ ૧૬ ॥

કાકડાશીંગી, કચુરો, બાંદગુલ, એરડાનું મૂળ,
ખારેકના ઠળીઆનાં બીજ, બેઠી ભોરીંગણી,
ઉભી ભોરીંગણી, ધમાસો, હરડે અને પીપળનો
ક્વાથ હેડકીને મટાડે છે.

इति काथाधिकारः ॥



(૯૧)

અંથશેષ.

કફે શીતં પિત્તે દહનમનિલે રૂક્ષમિતિ ય-
ત્રિદોષીકોપસ્ય પ્રવહ્નમસાધારણમદઃ ॥ વિમૃશ્ય
વ્યાધીનાં મલબલવયઃસ્થાનવશતઃ પ્રયોજ્યં ભૈષજ્યં
સ્વધિગતશતશ્લોકભિષજા ॥ ૧૭ ॥

આ શતશ્લોકી નામના અંથ ભણેલા વૈદ્યે કફ,
શીત, પિત્ત, ઉષ્ણ, વાયુ, રૂક્ષ અને ત્રિદોષનાં
અસાધારણ સ્વરૂપવ્યાધિઓનો મળ, વ્યાધિઓનું
બળ, રોગીની અવસ્થા, રોગીનું બળ, દેશ તથા
તેને રહેવાના સ્થાનનો અરોબર વિચાર કરી ક-
હેલા ઔષધોની યોજના કરવી.

દોષા દૂષ્યાનલબલવયઃ કાલદેશર્ત્વવસ્થા સત્ત્વં
સાત્મ્યં પ્રકૃતિમસકૃદ્યઃ પરીક્ષ્ય પ્રયુક્તે ॥ યોગં
રોગે ભિષગનલસસ્તસ્ય સિધ્યત્યમીષ્ટં તસ્માદેત-
લ્લિખિતપઠિતાધીનધીભિર્નિબોધ્યં ॥ ૧૮ ॥

આ અંથમાં કહેલા પ્રમાણે ગુરુ મુખથી થએલા
પાઠને અનુસરનારી બુદ્ધિવાળા પુરૂષે એટલું

બાણવાનું છે કે વાત, પિત્ત અને કફનો દોષ, અ-
ગ્નિનું બળ, અવસ્થા, કાળ, દેશ, ઋતુ, રોગની
અવસ્થા, રોગનું બળ, રોગની અનુકૂળતા, અને
રોગની પ્રકૃતિની પરીક્ષા કરી પોતે તજવીજ કર-
વામાં આગસ નહીં રાખનાર જે ઔપધ આપે છે
તેનું વાંછિત સિદ્ધ થાયછે.

देशानां वरदातटं वरमतः सार्थाभिधानं महा-
स्थानं देवपदास्पदाग्रजगणाग्रण्यं सहस्रं द्विजाः ॥
तत्रामीषु धनेशकेशवविदौ वैद्यौ वरिष्ठौ क्रमाच्चक्रे
शिष्यसुतस्तयोः कृतिमिमां श्रीबोपदेवः कविः १९

સર્વ દેશમાં વરદા નદીનો કીનારો શ્રેષ્ઠ છે તેમાં
સાર્થ નામના મોટા શ્રેષ્ઠ સ્થાનમાં સ્વર્ગવાસી દે-
વતાઓના મુખ્યોમાં અગ્રેસર હજાર બ્રાહ્મણો
શ્રેષ્ઠ છે તેમાં ધનેશ અને કેશવ નામના બે શ્રેષ્ઠ પં-
ડિત વૈદ્યોનો શિષ્ય અને પુત્ર (ધનેશનો શિષ્ય અને
કેશવનો પુત્ર) બોપદેવ નામના કવિએ આ ગ્રંથ
રચેલો છે.

कैलासाचलमौलिमंडनमणेरृत्योत्सवे यद्यशो

ગાયંતિ ત્રિદશાંગનાઃ કલરણદ્રંભીરતારસ્વનૈઃ ॥
 ચક્રે ચંદ્રકલાસુશોભિતશતશ્લોકીં પદોછાસિનીં સ
 ત્રૈલોક્યકવીંદ્રવૃંદતિલકઃ શ્રીબોપદેવઃ કવિઃ ૨૦

કેલાસ પર્વતના મુકુટમણિ ૩૫ શિવજીના નૃ-
 ત્યોત્સવમાં ગંભિર અને અવ્યક્ત સ્વરવાણી અ-
 ખસરાઓ જેના યશનું ગાન કરેછે તે ત્રિલોકીમાં
 કવીંદ્રના સમૂહના તિલક૩૫ શ્રી બોપદેવ કવિએ
 અમત્કારવાળા પદોથીયુક્ત, ચંદ્રકળા માફક સુશો-
 ભિત આ શતશ્લોકી કરેલી છે.

इति श्रीबोपदेवपंडितविरचितायाः शतश्लो-
 कया गोविंदात्मजहरिवल्लभशास्त्रिकृतं
 गुर्जरभाषांतरं संपूर्णम्.



પારિભાષિક શબ્દ કોશ.



જીવનીયગણ.—જીવક, ઋષભ, મેદા, મહામેદા,
કાકોલી, ક્ષીર કાકોલી, ઋદ્ધિ, વૃદ્ધિ, જેઠી-
મધ, ખરખોડી, જંગલી મગ, અને જંગલી
અડદ.

ત્રિલવણ.—સિંધાલુણ, સંચળ અને બીડલુણ.

પંચલવણ.—મીઠું, બીડલુણ, ટંકણખાર, સિંધા-
લુણ, અને સંચળ.

પદ્મણ.—સુંઠ, પીપળ, પીપળીમૂળ, ચવક, ચિત્રો,
અને મરી,

લઘુ પંચમૂળ.—સમેરવો, ગધી સમેરવો, ઉભી
ભોરીંગણી, બેઠી ભોરીંગણી, અને ગોખર.

બૃહત્ પંચમૂળ.—બીલી, સીવણ, કાકચ, અ-
રણી અને અરલુ.

અષ્ટકવર્ગ.—જીવક, ઋષભ, મેદા, મહામેદા, કા-
કોલી, ક્ષીરકાકોલી, ઋદ્ધિ અને વૃદ્ધિ.

ક્ષારત્રય.—સાજીખાર, જવખાર, અને દંકણ-
ખાર.

દ્વિક્ષાર.—સાજીખાર, અને જવખાર.

ક્ષારાષ્ટક.—ખાખરાનો ખાર, થોરનોખાર, અ-
ઘેડાનો ખાર, આંબલીનો ખાર, આકડાનો
ખાર, તલના નાળનો ખાર, જવખાર, અને
સાજીખાર.

ચતુરૂષણ.—સુંઠ, મરી, પીપળ, અને પીપળીમૂળ.

ત્રયુષણ.—સુંઠ, મરી, અને પીપળ.

ત્રિકંદુ.—સુંઠ, પીપળ અને મરી.

અષ્ટગંધ.—શ્વેતચંદન, કસ્તુરી, ગોરોચન, કેસર,
અગર, દેવદાર, તગર, કૃષ્ણાગર.

યક્ષકર્દ્દમ.—કેસર, અગર, કસ્તુરી, શ્વેતચંદન.

ત્રીફલા.—હરડાં, બેહેડાં અને આમળાં.

દશમૂળ.—ખીલી, સીવણ, કાકચ, અરણી, અ-
રલૂ, સમેરવો, ગધી સમેરવો, ઉભી ભોરી-
ગણી, બેઠી ભોરીગણી, અને ગોખર.

ત્રીજાત.—તજ, એલચી અને તમાલપત્ર.

ચતુર્જાત.—તજ, એલચી, તમાલપત્ર અને ના-
ગકેશર.

ત્રિમુગંધી.—તજ, એલચી, અને તમાલપત્ર.

પંચકોલ.—પીપળ, પીપળીમૂળ, ચવક, ચિત્રો
અને સુંઠ.

ચતુરમ્લ.—અમલબેદ, કોકમ, મોટું લાંબુ લીંબુ,
અને ગોળ ખાટું લીંબુ.

પંચામ્લ.—અમલબેદ, કોકમ, મોટું લાંબુ લીંબુ,
ગોળ ખાટું લીંબુ અને બીજેરાં.



श्रीमद् “ भावमिश्र ” विरचित,
भावप्रकाशांतर्गत
दिनचर्या, रात्रीचर्या, ऋतुचर्या.
मूल संस्कृतपरधी शुद्ध गुर्जर भाषांतर.

रचयितार,

जेराम वि० रघुनाथ

प्रमुख “ वैद्यक ज्ञानप्रसारक सभा,”
तंत्री “ भावप्रकाश भाषांतर.”

BOMBAY :

“ NIRMAL-SAGARA ” PRESS.

संवत् १९४५.

દિનચર્યા.



સવારે ક્યારે ઊઠવું અને પ્રથમ શું કરવું.

સ્વસ્થ માણસે આયુષ્યના રક્ષણનેવાસ્તે પા-
છલી ચાર ઘડી રાત રહે ત્યારે જાગવું અને તે
સમયે દુઃખની શાંતિનેવાસ્તે વિષ્ણુનું સ્મરણ
કરવું. જગ્યા પછી દહી, ઘી, અરીસો, સર્ષપ,
ખીલી, ગોરોચના અને માળા એએનું દર્શન ક-
રવું તથા સ્પર્શ કરવો. એથી શુભની પ્રાપ્તિ થાય-
છે. જો લાંબા કાળસુધી જીવવાની ઇચ્છા હોય તો
ઘીમાં પોતાનું મોઢું નિત્ય જોવું. સવારમાં મલ
વાયુ તથા મૂત્ર આદિનું વિસર્જન કરવાથી આયુ-
ષ્યની વૃદ્ધિ થાયછે અને એમ કરવાથી આંત-
રડામાં ધુરધુરાટ, આક્રો અને પેટનું ભારેપણું
વગેરે અટકે છે. ઝાડાને રોકવાથી પેટુ ચડી આ-
વે છે, શૂળ નીકળે છે, ગુદામાં કપાયા જેવી પીડા
થાયછે, ઝોડકાર ઘણા આવે છે અને વખત-

પર મોઢોડામાંથી ઝાગે નીકળે છે. વાયુ, મૂત્ર અને ઝાડાને રોકવાથી પેટ ચડી આવે છે, ગ્લાની થાયછે અને દરદ પણ થાયછે. વાયુને રોકવાનેલીધે પેટમાં વાયુ સંબંધી બીજા રોગો પણ ઉત્પન્ન થાયછે. મૂત્રને રોકવાથી મૂત્રાશયમાં તથા લિંગમાં શૂળ નીકળે છે, મૂત્રકૃચ્છ્ર થાયછે; માથામાં પીડા થાયછે, શરીર નમી જાય છે અને સાથળના સાંધાઓમાં જાણે તેઓ ખંચાતા હોય એવી પીડા થાયછે. મલ-મૂત્ર આદિની હાજત લાગી હોય તો તુરત મલ-મૂત્ર કરી લેવાં પણ તે પેહેલાં બીજું કામ કરવું નહી. બલાત્કારથી હાજતને પેદા કરવી નહી. કામ, ક્રોધ, ભય અને શોક કે જેઓ મનના વેગ છે તેઓને અટકાવવા પણ મલ-મૂત્ર આદિ શરીરના વેગોને અટકાવવા નહી. ગુદા આદિ જે મલ-મૂત્ર આદિના માર્ગો છે તેઓને સાફ રાખવાથી કાંતિ તથા બળ વધે છે, પવિત્રતા થાયછે અને અલક્ષ્મી ક્લેશ તથા પાપોનો નાશ થાયછે. હાથ તથા પગને ધોષાથી શુદ્ધતા થાયછે, મેલ મટે છે, પરીશ્રમ મટે છે,

પુષ્ટિ મળે છે, નેત્ર સારાં રહે છે અને રત્નેશુણના વેગ મટી જાય છે.

દાતણુનો પ્રકાર.

બાર આંગળ લાંબું, ટચલી આંગળીની અણી જેવું જાડું, સરલ, ગાંઠ વગરનું અને છિદ્ર વગરનું દાતણુ કરવું અને તેના કુણા કુચાથી દાંતને સાફ કરવાનો ભુકો લઈ દાંતનાં પેઢાંઓને હરકત ન આવે એવી રીતે એક એક દાંતને ઘસવો. મધ, સુંઠ, મરી, અને પીપળ જેમાં મેળાયાં હોય એવા તે જબલ નામના લાકડાના ભુકાથી અથવા તેલની ભાવના આપેલા સિંધાલુણના ભુકાથી નિત્ય દાંતને સાફ કરવા. મધુરમાં મહુડો, તીખામાં કરંજ, કડવામાં લીંબડો અને કપાયમાં ખેર શ્રેષ્ઠ છે. સમય, દોષ અને પ્રકૃતિનો વિચાર કરીને યોગ્ય રસ અને યોગ્ય શક્તિવાળા ઝાડના લાકડાનું દાતણુ કરવું અને દાંત સાફ કરવાનો ભુકો પણ યોગ્ય જણાય તે લેવો. આવીરીતે દાતણુ કરવાથી મોહોડું બગડી ગયું હોય તે મટે છે દાંત, જીભ તથા મોહોડામાં રોગ થતા નથી અને

રૂચિ, સ્વચ્છપણું તથા શરીરમાં હલકાઈ પ્રાપ્ત થાયછે. આકડાનું દાતણ કરવાથી શક્તિ, વડનું કરવાથી દીપ્તિ, કરંજનું કરવાથી જય, પીપળનું કરવાથી ધનની સંપત્તિ, બોરડીનું કરવાથી મીઠું જમણુ, ખેરનું કરવાથી મોહોડામાં સુગંધ, બીલીનું કરવાથી ઘણું ધન, ઊંબરાનું કરવાથી વચન સિદ્ધિ, આંબાનું કરવાથી આરોગ્ય, કદંબનું કરવાથી ધીરજ તથા સ્મરણુ શક્તિ, ચંપકનું કરવાથી વાણી તથા કાનની દૃઢતા, સડસડીઆનું કરવાથી કીર્ત્તિ ભાગ્યશાલીપણું આયુષ્યની વૃદ્ધિ તથા આરોગ્ય, અઘેડાનું કરવાથી ધીરજ તથા ધારણુ શક્તિ, બીબલાંનું કરવાથી બુદ્ધિની શક્તિ અને દાડિમનું આસુંદ્રાનું તથા ઇંદ્રજવના ઝાડનું કરવાથી સાંઝે રૂપ મળે છે. જામસાઈ, તગર અને હારસિંગારનું કરવાથી ખરાબ સ્વપ્ન આવતું નથી. કાતાલ,^૧ હિતાલ, બૃહધર, ચણોડી, કેત-

૧. કાતાલ, હિતાલ અને બૃહધર એ ત્રણ શબ્દોના અર્થ ગૂજરાતીમાં ખરાબર મળ્યા નથી પણ એ ત્રણની જાતીઓ છે એમ જાણાય છે.

કી, ખજુરી અને નાળીએરી એ સાત કે જેઓ તૃણુરાજ કેહેવાય છે તેઓનું જે માણસ દાતણુ કરે તે માણસ જ્યાંસુધી ગંગાજનાં દર્શન ન કરે ત્યાંસુધી ચાંડાલ રહે છે. ગળું, તાળવું, હોઠ, જીભ અને દાંતમાં જેને રોગ હોય તેણે, જેનું મોહોડું પાક્યું હોય તેણે, સોજવાળાએ, શ્વાસ ઉધરસ તથા ઉલટીવાળાએ, દુબળાએ, જેને ખાધેલું પચ્યું ન હોય તેણે, હીંક નીકળતી હોય તેણે, મૂર્છાવાળાએ, નશાવાળાએ, માથાના દરદથી પીડાતો હોય તેણે, તરસ્યાએ, થાકેલાએ, કોઈ વસ્તુ પીવાથી જેને પરિશ્રમ પડ્યો હોય તેણે, કાનમાં શૂળ નીકળતાં હોય તેણે આંખના દરદીએ, નવા તાવવાળાએ અને છાતીના દરદવાળાએ દાતણુ નહીં કરવું.

જીભની ઓળ ઉતારવાના સાધનવિષે.

ઓળ ઉતારવાની ચીર સોનાની, રૂપાની અથવા ત્રાંબાની રાખવી. એ ન મળે તો કોમળ પાંડાંવાળાં દાતણુ કરવા જેવાં ફુણાં લાકડાંને ચીરી તે ચીરથી ધીરેધીરે ઓળ ઉતારવી. દશ

આંગળ લાંબી, કોમળ અને સ્નિગ્ધપણાવાળી તે ચીરવતે અથવા ઉપર કહેલી સોના વગેરેની ચીરવતે ઓળ ઉતારવાથી જીભના મેલ, રસર-હિતપણું, દુર્ગંધ અને જડતા (બેહેર મારી ગ-એલાપણું) મટે છે.

કોગળા કરવાવિષે.

ઘાઠા પાણીવતે વારંવાર કોગળા કરવાથી કંદ, તરસ અને મેલ મટે છે તથા મોહોડાના અંદરનો ભાગ સાફ થાયછે. સેહેજ ઊના પાણીવતે કોગળા કરવાથી કંદ, અરુચિ, મેલ તથા દાંતની જડતા મટે છે અને મોહોડું હલકું થાયછે. ઝેરથી મૂર્છાથી કે મદથી પીડાએલા, શોષવાળા, રક્તપિત્તવાળા, જેઓની આંખો દુખતી હોય એવા અને બળક્ષીણ થવાથી રૂક્ષ થએલાઓનેવાસ્તે ઊના પાણીના કોગળા સારા નથી.

મોહોડું ઘોવાવિષે.

ઘાઠા પાણીવતે મોહોડું ઘોવાથી રક્તપિત્ત મટે છે અને મોહોડાની ફેાડલીઓ, શોષ, દાઝ

તથા ખીલ પણ મટે છે. અથવા જરા હિતા પાણી-
થી મોહોડું ઘોવું કે જેથી કફ તથા વાયુ મટે છે,
સ્નિગ્ધતા રહે છે અને મોહોડાનો શોષ મટે છે.

નાકમાં દીપાં નાખવાવિધે.

નાકને રોગ રહિત રાખવાસાઝ નિત્ય નાકમાં
સરસીઆં તેલ આદિનાં દીપાં નાખવાનો અભ્યા-
સ રાખવો. કફનો વધારો હોય તો સવારે, પિ-
ત્તનો વધારો હોય તો બપોરે અને વાયુનો વ-
ધારો હોય તો સાયંકાળે દીપાં નાખવાં. નાકમાં
દીપાં નાખવાથી મોહોડામાં સુગંધ રહેછે, અવાજ
સ્નિગ્ધ નીકળેછે, ઇન્દ્રિયો નિર્મળ રહે છે; વળીઓ
વળતી નથી, ઘોળાં તુરત આવતાં નથી અને
ખીલ થતા નથી.

આંખમાં સુરમા નાખવાવિધે.

ઘોળો સુરમો આંખને હિતકારી છે એટલા-
માટે તે નિત્ય આંખવો જોઈએ. એ આંખવાથી
નેત્ર ઝીણા પદાર્થોને જોઈ શકે છે અને મંત્રાદિ
થાયછે. સિંધુ નામના પર્વતમાં ઉત્પન્ન થએલો

કાળો સુરમો શુદ્ધ કરેલો ન હોય તોપણ ઉત્તમ છે એ આંજવાથી આંખની ચળ, મેલ, બળતરા તથા ખરાબ ભીનાશની પીડા મટે છે, આંખ રૂ-પાળી થાયછે અને પવન તથા તડકાતું સહન કરવાને સમર્થ થાયછે. કાળો સુરમો આંજવાથી આંખમાં રોગ થતા નથી એટલામાટે તે આંજવો જોઈએ. રાતના ઉજાગરાવાળાએ, થાકેલાએ, જેને ઉલટી થઈ હોય તેણે, જમ્બેલાએ, તાવવાળાએ અને માથે નાહેલાએ આંખો આંજવી નહીં.

હજામત કરાવવાવિષે.

પાંચ પાંચ દિવસે નખ, દાઢી, કેશ અને રૂવાણાં કતરાવવાં અને ઉતરાવવાં જોઈએ. એમ કરવાથી શરીરની શોભા થાયછે, પુષ્ટિ મળે છે, ધન મળે છે, આયુષ્ય વધે છે, પવિત્રતા થાયછે અને ઉત્તમ કાંતિ પ્રાપ્ત થાયછે. નાકનાં રૂવાણાં કઢીપણુ છોટવાં કે છોટાવવાં નહીં. કારણ કે એ છોટવાથી કે છોટાવવાથી તુરતજ આંખો નબળી થાયછે.

રાખેલા કેશનો જથ્થો સાફ કરવાવિષે.

કાંકસીથી અથવા દાંતીયાથી કેશના પાશને સ્વચ્છ અને સારા દેખાવનો કરવો જોઈએ. એમ કરવાથી કેશ સારા રહે છે અને તેઓમાંથી રજ, જીવજંત તથા મેલ મટી જાય છે.

અરીસો જોવાવિષે.

અરીસામાં શરીર જોવું એ મંગળરૂપ છે, કાંતિ કરનાર છે, પુષ્ટિ આપનાર છે, બળને તથા આયુષ્યને વધારનાર છે અને પાપ તથા અલક્ષ્મીનો નાશ કરનાર છે.

કસરત કરવાવિષે.

કસરત કરવાથી શરીરમાં કુરતી આવે છે, કામ કરવાનું સામર્થ્ય વધે છે, ગાત્રો સારા દેખાવનાં તથા ધાટાં થાયછે, કફ આદિ દોષનો ક્ષય થાયછે અને અગ્નિની વૃદ્ધિ થાયછે. જેનાં ગાત્રો કસરતથી દૃઢ થયાં હોય તેને કઠીપણુ રોગ ઉત્પન્ન થતો નથી અને વિરૂદ્ધ અથવા પેટમાં બરાબર નહીં પાકેલું અન્ન પણુ તુરત પચી જાય છે.

કસરત કરનારના શરીરમાં શિથિલપણું આદિ તુરત થતાં નથી અને જરા અવસ્થા પણ એ માણસને સહસા દબાવી દેતી નથી. કસરત જેવું બીજું કાંઈપણ શરીરના જાડાપણાને મોડનાર નથી. સ્તિગ્ધ પદાર્થ જમનારા બળવાન લોકોને કસરત સર્વદા લાભ આપે છે. વસંત ઋતુમાં ટાઢના સમયમાં કસરત અત્યંત હિતકારી છે. બીજા સમયોમાં પોતાના બળને અનુસરીને નીચેપ્રમાણે કસરત કરવી. જ્યારે હૃદયમાં રહેલો વાયુ તુરત મોહોડામાં આવવા લાગે અને મોહોડું સુકાવા લાગે ત્યારે ‘બલાર્દ્ધ’ થયું કેહેવાય છે એટલે એ થાય ત્યારે કસરત છોડી દેવી. જ્યારે કપાળમાં, નાકમાં, ગાત્રોના સાંધાઓમાં અને કાબમાં પસીનો આવે ત્યારે પણ ‘બલાર્દ્ધ’ થયું કેહેવાય છે. એટલે એ થાય ત્યારે કસરત અંધ કરવી. ઉધરસ, શ્વાસ, ક્ષય, રક્તપિત્ત, છાતી આદિમાં ક્ષત અને શોષના દરદવાળાએ કે દુબળાએ કદીપણ કસરત કરવી નહીં. જમ્યા પછી કે સંભોગ કર્યા પછી પણ કસરત કરવી નહીં.

બહુજ કસરત કરવાથી ઉધરસ, જ્વર, ઉલટી, શ્રમ, ઇંદ્રિયોની ગ્લાનિ, તરસ, ક્ષય, મૂર્છા તથા જ્વરસહિત શ્વાસ અને રક્તપિત્ત ઉત્પન્ન થાયછે માટે મધ્યમ રીતે કસરત કરવી જોઈએ.

તેલ ચોળાવવાવિષે.

સઘળાં અંગોમાં નિત્ય તેલનો અભ્યંગ કરાવવો કે જેથી પુષ્ટિ મળે છે. માથામાં, કાનમાં અને પગમાં તો વિશેષે કરી માલેસ કરાવવું. સરસીમાં તેલ, અગ્નિનો યોગ આપીને અગર આદિ સુગંધી પદાર્થોમાંથી કહાડેલું તેલ, કુલેલ તેલ અને બીજાં પાણી યોગ્ય પદાર્થોથી મેળવેલું તેલ સર્વદા હિતકારી છે. અપવાદના સમયો શિવાય અભ્યંગથી કદીપણ હરકત થતી નથી. માથામાં માલેસ કરેલું તેલ સઘળી ઇંદ્રિયોને તૃપ્ત કરે છે, દૃષ્ટિને બળ આપે છે અને માથાનાં દરદોને મટાડે છે. અભ્યંગ કરવાથી (તેલ ચોળવાથી) વાયુ તથા કફ મટે છે, થાક મટે છે, બળ તથા સુખની પ્રાપ્તિ થાયછે, નિદ્રા સારી આવે છે, શરીરનો વર્ણ સારો થાયછે, શરીરમાં કોમ-

જતા થાયછે, આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાયછે અને દે-
હની પુષ્ટિ થાયછે. કેશમાં તેલ લગાવવાથી
કેશ ઘણા થાયછે, લાંબા થાયછે, કુણા થાયછે, ઘણા
દિવસ સુધી ટકે છે અને કાળા થાયછે તથા
માથું પણ ભરેલું રહે છે. નિત્ય કાનમાં તેલ
નખાવવાથી કાનમાં રોગ કે મેલ થતો નથી,
ગળાના પડખાની નાડી કે દાઢી ઝલાઈ જતાં
નથી અને ઊંચકત્રાપણું કે બેહેરાપણું થતું નથી.
કાનમાં રસ આદિ પદાર્થો નાખવા દોય તો જ-
મ્યાથી પેહેલાં નાખવા એ સાચું છે અને તેલ વ-
ગેરે નાખવું એ મૂર્ખ આશ્રમ્યા પછી નાખવું સાચું
છે. પગમાં તેલ ચોળાવવાથી પગ મજબુત થાય-
છે, નિદ્રા સારી આવે છે, આંખ સ્વચ્છ રહે છે
અને પગ બેહેર ભારી જતા નથી શ્રમથી અડ-
કાઈ જતા નથી સંકોચ પામતા નથી અને ફાટી
પણુ જતા નથી. કસરતનો અભ્યાસ રાખનાર
અને પગમાં તેલને માલેસ કરાવનાર માણસની
પાસે રોગો, જેમ ગરૂડની પાસે સર્પો જાય તહીં
તેમ જતા નથી. નાહાવાના સમયમાં તેલનો

ઉપયોગ કર્યો હોય તો તે તેલ રૂવાણુંના ખાડા, શિરાઓના સમૂહ અને ધમનીઓ દ્વારા સઘળા શરીરને તૃપ્ત કરેછે અને બળ આપે છે. જેમ મૂળમાં પાણીથી સાચેલા વૃક્ષોનાં પાનડાં વગેરે વૃદ્ધિ પામે છે તેમ અંગોમાં તેલ ચોળાવનાર માણસોના, તેલથી સીંચાએલા ધાતુઓ વૃદ્ધિ પામે છે. નવા તાવવાળાને, અજીર્ણવાળાને, જેણે રેચ લીધો હોય તેને, જેને ઉલટી થઈ હોય તેને અને જેને નિરૂદ્ધિસ્થિત (ગુલ્મમાં કષાય અને દુધથી યુક્ત તેલની પિચકારી) આપેલ હોય તેને કઠીપણુ તેલ ચોળવું નહીં. નવા તાવવાળાને અને અજીર્ણવાળાને તેલ ચોળવાથી તેનાં દરદો માંડ મટે એવાં અથવા નજ મટે એવાં થઈ પડે છે અને બાકીનાઓને (જેણે રેચ લીધો હોય તે વગેરેને) અગ્નિની મંદતા આદિ જે રોગો ઉત્પન્ન થાયછે તેવિષે અહીં અમો બોલતા નથી.

શરીરમાં લોટ આદિ ચૂર્ણ પદાર્થો

ચોળવાવિષે.

મેલને દૂર કરવાસાથે શરીરમાં ચૂર્ણરૂપ પદાર્થો

હુંસવાથી કફ મટે છે, મેદ ઓછું થાય છે, સારી રીતે વીર્ય વધે છે, બળ પ્રાપ્ત થાય છે, રૂધિર ઠીક થાય છે અને ચામડી સ્વચ્છ તથા કુણી થાય છે. એવા પદાર્થો મોહોડાપર ચોળવાથી આંખ મજબૂત થાય છે, ગાલ પુષ્ટ થાય છે, ખીવ તથા શેડલીઓ થતી નથી, થઇ હોય તો મટે છે અને એમ થવાથી મોહોડું કમળ જેવું સુશોભિત થાય છે.

નાહાવાવિષે.

નાહાવાથી અગ્નિ દીપ્ત થાય છે, શક્તિ વધે છે, આયુષ્ય વધે છે, ઉત્સાહ તથા બળની પ્રાપ્તિ થાય છે, ચળ મટે છે અને પરિશ્રમ, પસીનો, આલસ્ય, તરસ, બળતરા તથા પાપ પણ મટે છે. શરીરપર બાહારના ટાઢા પદાર્થો રેડાવાથી ગરમી દબાઇને અંદર જતી રહે છે તેથી નાહાતાં વેંતજ માણસનો અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે. ટાઢા પાણીવતે નાહાવાથી રક્તપિત્ત મટે છે. ઉના પાણીવતે નાહાવાથી બળ વધે છે અને વાયુ તથા કફ ઓછા થાય છે બહુજ ઉના પાણીથી માથે

નાહાવું એ સર્વદા આંખને નુકસાન કરનાર છે પણ વાયુ અને કફનો પ્રકોપ થયો હોય તો તે હિતકારી છે. હરિશ્ચંદ્ર નામનો વૈદ્ય સઘળા મનુષ્યોને ભલામણ કરે છે કે “ઓ મનુષ્યો ! ઉના પાણીથી નાહાવું, દુધ પીવું, જીવાન સ્ત્રીઓનો સમાગમ અને ધીવાળું અદ્યપભોજન, એટલાં વાનાં તમ લોકોનેવાસ્તે હિતકારી છે.” જે માણસ સર્વદા આમળાંથી નાહાય તે માણસને વળીઆં વળે નહીં, ઘોળાં આવે નહીં અને સો વર્ષસુધી જીવે એ નિશ્ચય છે. તાવવાળાએ, અતિસાર (હગણુ) ના દરદવાળાએ, આંખના દરદવાળાએ, કાનના દરદવાળાએ, પવનના દરદવાળાએ, જેતું પેટ આફરતું હોય તેણે, સળીખમવાળાએ અને અજીર્ણવાળાએ પણ નાહાવું નહીં. જમ્યા પછી નાહાવું એ પણ સાફ નથી.

નાહ્યા પછી શરીર લુવાવિષે.

નાહ્યા પછી વસ્ત્રવતે અંગને સારી રીતે લુઈ નાખવું જોઈએ. એમ કરવાથી શરીરની કાંતિ વધેછે, અળ મટે છે અને ચામડીના દોષ પણ ટળે છે.

વસ્ત્ર પેહેરવાવિષે.

રેશમી વસ્ત્રો, ઉનનાં વસ્ત્રો અને રાતાં વસ્ત્રો વાયુ તથા કફને હરનાર છે માટે શીયાળામાં એવાં વસ્ત્રો પેહેરવાં. ભેગીઆ રંગથી રંગેલાં વસ્ત્રો પવિત્ર છે, ટાઢાં છે, અને પિત્તને હણનાર છે એટલામાટે ઉનાળામાં એવાં વસ્ત્રો પેહેરવાં. એ-ઓમાં પણ જીણું અને હલકાં વસ્ત્ર શ્રેષ્ઠ છે. ઘોળાં વસ્ત્રો શુભ દેનારાં છે, તાઢ તથા તડકાનું નિવારણ કરનાર છે અને ગરમ નથી તેમ ટાઢાં પણ નથી એટલામાટે વરસાદના સમયમાં એવાં વસ્ત્રો પેહેરવાં. નિર્ભળ અને નવાં વસ્ત્રો કીર્તિ આપે છે, કામને પ્રદિપ્ત કરે છે, આયુષ્યને વધારે છે, શોભાયુક્ત હોય છે, આનંદ વધારે છે, ચામડીને હીતકારી છે, મનુષ્યોને વશ્ય કરનાર છે અને રૂચિ ઉપજવનાર છે, સારા માણસોએ કદીપણ મેલાં વસ્ત્ર પેહેરવાં નહીં. કારણ કે એ વસ્ત્રોથી શરીરમાં ચળ આવે છે, બુ વગેરે જીવડા ઉત્પન્ન થાયછે, ગ્લાનિ કરૂપ તથા દારિદ્ર અહુજ પ્રાપ્ત થાયછે.

લેપન કરવાવિધે.

શીઆળામાં કેસર, ચંદન, અને કાળું અગર એએને ભેળાં કરી લેપન કરવું. કારણ કે એ ગરમ છે અને વાયુ તથા કફને મટાડનાર છે. ઉનાળામાં ચંદન, કપુર અને વાળો એએને ભેળાં કરી લેપન કરવું. કારણ કે એ સુગંધી છે અને અત્યંત ટાઢું છે. ચોમાસામાં ચંદન, કેસર અને કસ્તૂરીને ભેળાં કરી લેપન કરવું. કારણ કે એ લેપન ગરમ નથી તેમ ટાઢું પણ નથી. લેપન કરવાથી તરસ, મૂર્છા, દુર્ગંધ, પસીનો અને બળતરા મટે છે અને ભાગ્યશાળીપણું, તેજસ્વીપણું, ચામડીનો સારોવર્ણ, પ્રીતિ, ઉત્સાહ તથા બળ વધે છે. જોકે લેપન હિતકારી છે તોપણ નાહાવાના પ્રકરણમાં કહ્યાપ્રમાણે જેએનેવાસ્તે નાહવું હિતકારી નથી તેએનેવાસ્તે લેપન પણ હિતકારી નથી એમ સમજવું.

ફૂલ તથા ઘરેણાં આદિ પેહેરવાવિધે.

સુગંધી ફૂલ અને સુગંધી પાનડાં ધરવાથી કાંતિ વધે છે, પાપ ટળે છે, રાક્ષસ તથા ઝોડ આદિની

પીડા મટે છે, કામદેવ પ્રદીપ્ત થાયછે અને લક્ષ્મી
 વધે છે. યોગ્યતાને અનુસરીને રીતિપ્રમાણે ધ-
 રેણુંઆથી પણ શરીરને શણગારવું જોઈએ. સોનું
 એ પવિત્ર છે, ભાગ્ય વધારનાર છે અને સંતોષ
 આપનાર છે. રત્ન જડેલ ધરેણું પેહેરવાથી ં-
 હની પીડા તથા કોઈની ખરાબ દૃષ્ટિ પડવાની
 પીડા ટળે છે, પુષ્ટિ મળે છે, ખરાબ સ્વપ્ન આવતાં
 નથી અને પાપ તથા દુર્ભાગ્યની શાંતી થાયછે.
 સારી જાતનું નિર્મળ માણિક્ય ધરવાથી સૂર્યની
 પીડા, મોતી ધરવાથી ચંદ્રની પીડા, પરવાળું ધર-
 વાથી મંગળની પીડા, પાનું ધરવાથી બુધની પીડા,
 પુખરાજ ધરવાથી બૃહસ્પતિની પીડા, હીરો
 ધરવાથી શુક્રની પીડા, નીલવી ધરવાથી શનિની
 પીડા, ગોમેદ ધરવાથી રાહુની પીડા, અને લસ-
 ણીઆ ધરવાથી કેતુની પીડા મટે છે. વસ્ત્ર, માળા,
 સુગંધ અને રત્નો ધરવાથી પ્રીતિ વધેછે, કોઈ
 ઝોડ નડતું નથી, ધન મળેછે, સામર્થ્ય વધે
 છે અને સારી રીતે ભાગ્ય પણ વધેછે. સિદ્ધમંત્ર,
 બ્રાહ્મી આદિ ઉત્તમ ઔષધી અને ગોરોચના તથા

સર્વેષ આદિ માંગલિક પદાર્થો એઓનું ધારણુ કરવાથી આયુષ્ય વધેછે, લક્ષ્મી મળે છે, જોડ ટળેછે, મંગળ તથા શુભ પ્રાપ્ત થાયછે, ધાતકી વગેરેનો ભય મટે છે અને લોકો વશ થાયછે.

ભોજનનો સમય થતાં શું કરવું.

પછી ભોજનનો સમય થાય ત્યારે માંગલિક પદાર્થોનું દર્શન કરવું. (બ્રાહ્મણો, ગાયો, અગ્નિ, કુલની માળા, ધી, સૂર્ય, જળ અને રાત્ર) એ આઠ આ લોકમાં માંગલિક છે. જમ્યાની પેટેલાં અને જમ્યા પછી ચાંખડીપર ચડવું. કારણુ કે તેથી પગના રોગ મટેછે, શક્તિ મળેછે, નેત્રનું હિત થાયછે અને આયુષ્ય વધેછે.

ભુખ્યું કે તરસ્યું નહીં રહેવાવિષે તથા

ઉંઘને નહીં અટકાવવાવિષે.

માણુસોને શરીરમાં જમવાની ઈચ્છા, પાણી પીવાની ઈચ્છા, સુવાની ઈચ્છા અને સ્ત્રીનો સંભોગ કરવાની ઈચ્છા એ ચાર ઈચ્છાઓ નિત્ય થાયછે તેમાં જમવાની ઈચ્છા થતાં નહીં જમ-

વાથી શરીર ત્રુટવા લાગે છે, અરચિ થાયછે, શ્રમ થાયછે, નિદ્રા જેવું આલસ્ય ભરાયછે, આંખો નબળી પડે છે, ધાતુ બળવા લાગે છે અને બળનો ક્ષય થાયછે. તરશ લાગ્યા છતાં પાણી નહીં પીવાથી ગળું સુકાય છે, મોઢોડું સુકાય છે, કાન બંધ પડી જાયછે, લોહી સુકાય છે અને તદ્દયમાં પીડા થાયછે. નિદ્રા આવતાં છતાં તેને રોકવાથી બગાસાં આવે છે, માયું તથા આંખો ભારે થઈ જાયછે, અંગો ત્રુટવા લાગેછે, આલસ્ય ઉત્પન્ન થાયછે અને ખાધેલું અન્ન પાકતું નથી. જે માણસ ભુખ્યો છતાં ખાતો નથી તેના શરીરનો અગ્નિ ખાધેલાં અન્નરૂપ લાકડાં ખૂટવાથી લાકડાં વગરના અગ્નિની પેઠે મંદ થઈ જાયછે. શરીરનો અગ્નિ ખાધેલા આહારને પકાવે છે, આહાર ખૂટતાં વાત પિત્ત તથા કફને પકાવે છે, દેહનું પોષણ થાયછે અને સ્મૃતિ, આયુષ્ય, શક્તિ, શરીરનો વર્ણ, ઉત્સાહ, ધીરજ તથા શોભા એઓની વૃદ્ધિ થાયછે.

ભોજન કરવાના સમય.

માણસે દોષ અને કાળ વગેરેનો વિચાર કરી સવારે અને સાંજે વૈદ્યશાસ્ત્રમાં કહ્યા પ્રમાણે જેમાં ગુણ હોય એવું અન્ન જમવું. સાંજે અને સવારે એમ બે વખત જમવાની મનુષ્યોને વેદની આજ્ઞા છે માટે એ બે વખતની વચમાં નહીં જમવું જોઈએ. વેદની આજ્ઞા પ્રમાણે બે વખત જમવું એ અગ્નિહોત્ર જેવો વિધિ છે. સવારે જમવું એટલે પેહેલો પોહોર વીત્યા પછી ખીજ પોહોરની અંદર જમવું એમ સમજવું. કારણ કે “એક પોહોરની અંદર જમવું અને બે પોહોર જમ્યા વગર જવા દેવા નહિ. એક પોહોરની અંદર જમવાથી રસની ઉત્પત્તિ થાય છે અને બે પોહોર જવા દેવાથી બળનો ક્ષય થાય છે.” એમ શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે. વળી એમ પણ કહ્યું છે કે “રસ, દોષ અને મળ પાકી જાય ત્યારે ભુખ લાગે છે માટે સમય થયો હોય કે ન થયો હોય પણ જ્યારે ભુખ લાગે ત્યારે જમવાનો સમય જ છે એમ સમજવું.”

રસ, દોષ તથા મળ પાકી ગયા શી
રીતે જણાય.

ઝોડકાર સાફ આવે, ઉત્સાહ થાય, પવન આ-
દિના વેગેને યોગ્ય રીતે છોડી શકાય, શરીરમાં હ-
લકાર્થ થાય, ભુખ લાગે અને તરસ લાગે ત્યારે
આગલો આહાર પચી ગયો છે એમ જાણવું.

આહાર તથા મળ-મૂત્ર કરવાના સ્થાનકવિષે.

માણસે આહાર અને મળ-મૂત્ર બીજું કોઈ મા-
ણસ ન દેખે એવા સ્થલમાં કરવાં. એમ કરવાથી
લક્ષ્મી પ્રાપ્ત થાયછે અને લોકો દેખે એવા સ્થ-
લમાં કરવાથી લક્ષ્મી જતી રહે છે. બીજા ગ્રંથમાં
પણ લખ્યું છે કે “સારા માણસોએ આહાર,
વિહાર અને મળમૂત્રાદિક નિર્જન સ્થલમાંજ ક-
રવાં જોઈએ.”

જમવાના વાસણવિષે.

જમવાનેવાસ્તે સુવર્ણનું પાત્ર રાખ્યું હોય તો
તે પથ્ય છે, દોષોને હરનાર છે અને આંખને
બળ આપનાર છે. રૂપાના વાસણથી આંખને

બળ મળે છે, પિત્ત ટળે છે અને કફ તથા વાયુ થાયછે. કાંસાના વાસણથી બુદ્ધિ વધે છે, રૂચિ ઉત્પન્ન થાયછે અને લોહી તથા પિત્ત સાફ થાયછે. પીત્તલના વાસણથી વાયુ થાયછે, ગરમી થાયછે અને પેટના કૃમિ તથા કફ મટે છે. લોહાના અથવા કાચના પાત્રમાં જમવાથી મંત્રની સિદ્ધિ થાયછે, સોજા તથા શીકાપાણું મટે છે, બળ વધે છે અને કમળા નામનો રોગ મટે છે તેથી એ ઉત્તમ છે. પથરા કે માટીના વાસણમાં જમવાથી લક્ષ્મી જતી રહેછે. લાકડાનું વાસણ વિશેષે કરી રૂચિ ઉપજવનાર છે અને કફ કરનાર છે. પાનડાનું વાસણ રૂચિ ઉપજવનાર છે, અગ્નિને દીપ્ત કરનાર છે અને ઝેર તથા પાપને મટાડનાર છે.

પાણી પીવાના વાસણવિષે.

પાણી પીવાને ત્રાંબાનું વાસણ ઉત્તમ છે અને તે ન મળે તો માટીનું વાસણ હીતકારી છે. સ્ફટિકથી, કાચથી અથવા લસણીઆથી બનેલું પાણીનું વાસણ પવિત્ર છે અને થંડું છે.

જમવામાં પ્રથમ શું ખાવું.

જમવાના પ્રારંભમાં લૂણ અને આદાનું ભક્ષણ કરવું એ સર્વદા હિતકારી છે, અગ્નિને દીપ્ત કરનાર છે, રૂચિ ઉપજાવનાર છે અને જીભ તથા કંઠને સાદું કરનાર છે. “લૂણ પિત્તને ઉત્પન્ન કરનાર છે અને આદું તીખું હોવાથી પિત્તને ઉત્પન્ન કરનાર છે માટે ભુખ્યો માણસ કે જેને પિત્ત વધેલું હોય છે તેને પ્રથમ લૂણ અને આદાનું ભક્ષણ કેમ યોગ્ય ગણાય ” એવી શંકા રાખવી નહીં. કારણ કે “લૂણ એટલે સિંધાલૂણ સમજવું અને ચંદન એટલે રક્તચંદન સમજવું” એવું શાસ્ત્રનું વચન છે માટે અહીં લૂણ શબ્દથી સિંધાલૂણ ત્રણે દોષને હરનાર છે. ગુણ ગ્રંથમાં લખ્યું છે કે “સિંધાલૂણ સ્વાદિષ્ટ છે, અગ્નિને દીપ્ત કરનાર છે, અન્નપાનને પચાવનાર છે, હલકું છે, સ્નિગ્ધ છે, રૂચિ ઉપજાવનાર છે, ટાકું છે, વિર્યને વધારનાર છે, સૂક્ષ્મ છે, આંખોને હિતકારી છે અને વાતપિત્ત તથા કફ એ ત્રણે દોષને હરનાર છે. આદું જે કે તીખું છે તોપણ તેનો પાક મધુર હોવાથી

વિરોધી નથી. આ વિષે પણ ગુણ ગ્રંથમાંજ લખ્યું છે કે “આદું ઝાડાના ગાંઠાને તોડનાર છે, ભારે છે, બહુ ગરમ છે, અગ્નિને દીપ્ત કરનાર છે, તીખું છે, પાકમાં મધુર છે, સૂક્ષ્મ છે અને વાયુ તથા કફને મટાડનાર છે. આ વિષયમાં બીજું પણ એક કારણ છે કે લૂણનો અને આદાનો સં-યોગ થવાથી તેઓ ભોજનના આરંભમાં લૂણ તથા આદાનું ભક્ષણ કરવાની આજ્ઞા કરનારે વ-ચનજ પ્રમાણ છે.

ભોજનના આરંભમાં કોઈની ખરાબ નજર
પડવાના દોષનો નાશ કરવાસાથે બ્રહ્મા
આદિતું સ્મરણ કરવાવિષે.

“અન્ન બ્રહ્મારૂપ છે, રસ વિષ્ણુરૂપ છે અને જે જન્મનાર છે તે સદાશિવરૂપ છે” આ પ્રમાણે ચિંતન કરીને જે જમે તેને દૃષ્ટિનો દોષ હરકત કરતો નથી. વળી તે સમયે આ પ્રમાણે બોલવું કે “અંજનાના ગર્ભથી ઉત્પન્ન થએલા અને બાલ બ્રહ્મચારીપણે રહેલા હનુમાનજીનું દૃષ્ટિના દોષનું વિનાશ કરવાનેવાસ્તે સ્મરણ કરું છું.”

કયા અનુક્રમથી જમવું.

ચિત્ત એકાગ્ર રાખીને પ્રથમ મધુર રસ, વચમાં ખાટા તથા ખારા રસ અને અંતે તીખા, કડવા તથા કપાય રસ જમવા. સમજી માણસે દાડિમ આદિ ફળો પણ પ્રથમજ ખાવાં તેમાં કેળાં અને કાકડીનો ત્યાગ કરવો. કમળનાં નાળ, તંતુ, કમળનો કંદ, બીજા કંદ અને શેલડી વગેરે પણ પ્રથમજ ખાઈ લેવાં પણ જમ્યા પછી કદી ખાવાં નહીં. જમ્યા પછી કદી પણ લોટના ભારે પદાર્થો અને ચોખાના પવા ખાવા નહીં. ભુખ લાગી હોય તો પણ થોડાક ખાવા, વધારે ખાવા નહીં. પ્રથમ ધીની સાથે કઠણુ પદાર્થો ખાવા, પછી કોમળ પદાર્થો ખાવા અને અંતે દ્રવરૂપ પદાર્થો ખાવા. આ પ્રમાણે નિયમ રાખે તો તે માણસને નિયમોના બળનેલીધે રોગ થતા નથી અને થયા હોય તો મટી જાયછે. કાશી વગેરેના રેહેવાશીઓ આ વિષયમાં દાખલારૂપ છે. એ લોકો પ્રથમ શાક આદિની સાથે ધીવાળી રોટલી ખાય છે, પછી દાલની સાથે કોમળ ભાત ખાય છે અને

પેટ ભરાઈ રહ્યા પછી દહી, છાશ અને દુધ આદિ દ્રવપદાર્થો ખાય છે. જે જે પદાર્થો બહુજ મીઠા હોય તે અનુક્રમથી ઉત્તરોત્તર પીરસવા જોઈએ. જે પદાર્થ ખાધા પછી બીજીવાર માગવામાં આવે તે પદાર્થ મીઠા છે એમ સમજવું.

કેવું જમવું અને જમતાં કેટલી વાર
લગાડવી.

સ્વાદવાળું અન્ન ખાધાથી મન પ્રસન્ન થાય છે, બળ વધે છે, પુષ્ટિ મળે છે, ઉત્સાહ વધે છે તથા આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાય છે અને સ્વાદ વગરનું અન્ન જમવાથી ઉપર કહેલું સઘળું વિપરીત થાય છે. અન્ન બહુજ ઉનું હોય તો બળનો નાશ કરે છે, ટાહું થઈ ગએલું કે સુકાઈ ગયું હોય તો માંડમાંડ પચે છે અને પાણી આદિથી બહુજ પચપચતું હોય તો ગ્લાની ઉપજવે છે એટલામાટે જે જમવું તે યુક્તિથી જમવું જોઈએ. બહુજ ઉતાવળથી જમવામાં આવે તો ભોજનના ગુણ-દોષ જાણવામાં આવતા નથી અને બહુજ વાર લગાડીને જમવામાં આવે તો ભોજન ટાહું અને મનને ન ગમે એવું થઈ જાય છે.

પેટમાં ભારે પડે એવા પદાર્થોનું વિવેચન.

વજન કરતાં વધારે ખાવાથી ભારે પડનાર, સ્વભાવથીજ ભારે પડનાર અને દળાવા આદિ સંસ્કારનેલીધે ભારે પડનાર એ ત્રણે પ્રકારના પદાર્થોને મંદ અગ્નિવાળા માણસે નહીં ખાવા જોઈએ. મગ વગેરે પદાર્થો વજન કરતાં વધારે ખાવાથી ભારે પડે છે. અડદ વગેરે પદાર્થો સ્વભાવથીજ ભારે પડે છે અને દળેલું અન્ન સંસ્કારનેલીધે ભારે પડે છે એ સાધારણુ સમજણુ છે. ચૂસવા યોગ્ય, પીવા યોગ્ય, ચાટવા યોગ્ય, જમવા યોગ્ય, ખાવા યોગ્ય અને ચાવવા યોગ્ય એવી રીતે છ પ્રકારના આહાર છે તેમાં પેહેલાં કરતાં ખીજે, ખીજ કરતાં ત્રીજે, ત્રીજ કરતાં ચોથા, ચોથા કરતાં પાંચમે અને પાંચમા કરતાં છઠ્ઠા પ્રકારનો આહાર ભારે પડનાર જાણવો. શેલડી અને દાડિમ આદિ પદાર્થો ચુસવા યોગ્ય, શરબત અને સાકરનાં પાણી આદિ પદાર્થો પીવા યોગ્ય, શિખંડ અને કઢી આદિ પદાર્થો ચાટવા યોગ્ય, દાલભાત આદિ પદાર્થો જમવા યોગ્ય, લાડુ અને

માલપુવા આદિ પદાર્થો ખાવા યોગ્ય અને પવા તથા ચણા આદિ પદાર્થો ચાવવા યોગ્ય ગણાયછે.

**સ્વભાવથીજ ભારે પડનાર સંસ્કારથી ભારે
પડનાર અને સ્વાભાવિક હલકા પદાર્થોથી
કેટલી કેટલી તૃપ્તિ કરવી તે વિષે.**

અહંદ અને દળેલાં અન્ન આદિથી અરધી તૃપ્તિ કરવી અને મગ આદિ પદાર્થો કે જેઓ સ્વાભાવિક રીતે હલકા છે તેઓથી યોગ્ય રીતે તૃપ્તિ કરવી. પીવાના શરબત આદિ દ્રવરૂપ પદાર્થો અને જેમાં છાશ આદિ દ્રવરૂપ પદાર્થો વધારે નાખેલા હોય એવા ભાત આદિ પદાર્થો વજનથી વધારે ખાધા હોય તો પણ ભારે પડતા નથી. કારણ કે દ્રવરૂપ પદાર્થો સઘળાઓ કરતાં હલકા છે. સુશ્રુતે પણ કહ્યું છે કે “ પીવાના, (દ્રવરૂપ) ચાટવાના, જમવાના અને ખાવાના પદાર્થોમાં પેહેલાથી બીજા, બીજાથી ત્રીજા અને ત્રીજાથી ચોથા પદાર્થ ભારે સમજવો.” દુધ વગેરે પીવાના પદાર્થો છે, શિખંડ વગેરે ચાટવાના પદાર્થો

છે, દાળ તથા ભાત વગેરે જમવાના પદાર્થો છે અને લાડુ આદિ ખાવાના પદાર્થો છે એમ સમજવું. જે અન્ન શુષ્ક એટલે શરીરમાં રસ ફરવાના માર્ગોને રોકનાર હોય પણ તેમાં દ્રવરૂપ પદાર્થ સારી રીતે મેળવીને તેનો ઉપયોગ કયો હોય તો તે સારી રીતે પાકે છે અને એકલા શુષ્ક અન્નનોજ અભ્યાસ રાખ્યો હોય તો તે અન્ન સારી રીતે પાકતું નથી.

નહીં પાકેલા અન્નનું શું થાયછે તેવિષે.

દ્રવરૂપ પદાર્થોથી સારી રીતે નહીં ભીજવેલું શુષ્ક અન્ન સારી રીતે પોચું નહીં પડતાં ગાંઠા જેવું થઈ કાચું પાકુંજ રહેછે.

અયોગ્ય અન્નથી શું થાયછે.

પવા વગેરે શુષ્ક અન્ન, દુધ માછલાં વગેરે વિરુદ્ધ અન્ન અને ચણા તથા મસૂર વગેરે જાડાને કબજ કરનાર અન્ન ખાવાથી અગ્નિ મંદ થઈ જાયછે. સાથવો શી રીતે ખાવો અને શી રીતે ન ખાવો.

જમ્યા પછી સાથવો ખાવો નહીં, દાંતથી ચા-

વીને ખાવો નહીં, રાતમાં ખાવો નહીં, ઝાઝો ખાવો નહીં, પાણીમાં ઘોળીને ખાવો નહીં, એ વાર ખાવો નહીં અને એકલો પણ ખાવો નહીં, જેણે સાથવો એકવાર ખાધો હોય તેને ખીજવાર દેવો નહીં, સાથવાને નકરોજ પીવો નહીં, માંસની સાથે ખાવો નહીં, દુધની સાથે ખાવો નહીં, રાતે ખાવો નહીં, દાંતથી ચાવવો નહીં અને ઊનો ઊનો ખાવો નહીં. સુશ્રુત કેહેછે કે “સાથવાનો અવલેહ કરીને ચાટવો એટલે કુણો પડવાથી તુરત પચે છે.”

વિષમ ભોજનવિષે.

અન્ન વજન કરતાં વધારે જમાય તો પેડું ચડી આવે, આલસ્ય ઉત્પન્ન થાય, શરીર ભારે પડી જાય અને પેટમાં અવાજ થવા લાગે. તેમજ વજન કરતાં ઓછું જમાય તો શરીર દુબળું થઈ જાય અને બળનો ક્ષય થાય.

સમય વગર જમવાથી હરકત.

જે માણસ જમવાનો સમય થયા પેહેલાં બહુજ વેહેલો વેહેલો જમે તેનું શરીર અશક્ત થા-

યછે અને એમ થવાથી માથામાં વ્યથા, કૉલેરા,
 ૧અલસક અને વિલંબિકા આદિ વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન
 થાયછે. વ્યાધિઓ વધી જાય તો મોત પણ થા-
 યછે. જે માણસ જન્મવાનો સમય થઈ ગયા
 પછી ઘણીવારે જમે તેનો અગ્નિ વાયુથી ખરાબ
 થઈ જતાં, ખાંધેલું માંડ માંડ પચે છે અને ફરી-
 વાર જન્મવાની ઇચ્છા થતી નથી.

જન્મવાનું વજન અને અનુક્રમ.

પેટના બે ભાગ અન્નથી પૂરવા, અને ત્રીજો
 ભાગ જળથી પૂરવો અને ચોથો ભાગ વાયુના હે-
 રાફેરાને વાસ્તે ખાલી રાખવો. અન્નના પેહેલા
 રસથી જીભ તૃપ્ત થયા પછી તેને બીજા પદાર્થના
 સ્વાદની ખરાબર લીજત આવતી નથી એટલા-
 માટે વચમાં વચમાં પાણી પીને જીભને સાફ ક-
 રતી જવી. ઘણું પાણી પીવાય તો અન્ન ખરાબર
 પાકતું નથી અને તદન ન પીવાય તોપણ અન્ન

૧ અલસક અને વિલંબિકા એ બે રોગ કૉલેરાની જ-
 તનાજ છે.

બરાબર પાકતું નથી માટે માણસે અગ્નિ વધાર-
 વાનેવાસ્તે વારંવાર થોડું થોડું પાણી પીવું જો-
 ઇએ. જમ્યા પેહેલાં પાણી પીવાય તો અગ્નિમંદ
 થાયછે અને શરીર દુબળું થાયછે. જમવાના મ-
 ધ્યમાં પાણી પીવાય તો અગ્નિ દીપ્ત થાયછે અને
 જમી રહ્યા પછી પીવાય તો શરીર જાડું થઈ જા-
 યછે અને કફ વધે છે એટલામાટે જમતાં જમતાં
 પીવું શ્રેષ્ઠ છે. વાગ્ભટે પણ કહ્યું છે કે “ જમતાં
 જમતાં પાણી પીએ તેનું શરીર બરાબર રહે છે,
 જમી રહ્યા પછી પાણી પીએ તેનું શરીર જાડું
 થઈ જાયછે અને જમ્યા પેહેલાં પાણી પીએ તેનું
 શરીર દુબળું થઈ જાયછે. ” તરસ્યાએ જમવું
 નહીં અને ભુખ્યાએ પાણી પીવું નહીં. જેને ત-
 રસ લાગી હોય તે તરસનો ઉપશમ કર્યા વિના
 જમે તો ગાંઠનું દરદ થાયછે. અને જેને ભુખ
 લાગી હોય તે ભુખનો ઉપશમ કર્યા વિના પાણી
 પીએ તો તેને જલોદર નામનો રોગ ઉત્પન્ન
 થાયછે.

શંકા-સમજી માણસો ભોજનને અંતે દુધ પીએ છે તે શી રીતે યોગ્ય ગણાય? કેમકે ભોજનના સમયના ત્રણ ભાગ કરતાં તેઓમાં પે-હેલો ભાગ વાયુનો છે, બીજો ભાગ પિત્તનો છે અને ત્રીજો ભાગ કફનો છે. કહ્યું છે કે “એકાગ્રચિત્ત રાખીને પ્રથમ મધુર રસ, વચમાં ખાટા તથા ખારા રસ અને છેવટ તીખા, કડવા તથા કષાય રસ જમવા.” આ વચનનો આવો અભિપ્રાય છે કે “ભોજનમાં પ્રથમ મધુર રસ જમાય તો ભુખ્યા માણસના વાયુ અને પિત્તની શાંતિ થાયછે, વચમાં ખાટા અને ખારા રસ જમાય તો પિત્તાશયમાં અગ્નિની વૃદ્ધિ કરેછે અને ભોજનના અંતમાં તીખા, કડવા તથા કષાય રસ જમાય તો તેઓ કફને શમાવે છે.” આ પ્રમાણે ભોજનના અંતનો સમય કફનો વખત છે તો તેમાં કફને ઉત્પન્ન કરનારું દુધ પીવું કેમ યોગ્ય ગણાય? શાસ્ત્રોમાં દુધના ગુણુવિષે લખ્યું છે કે “દુધ એ મીઠા રસવાળું છે, સ્નિગ્ધ છે, સામર્થ્યનેવાસ્તે સાંરે છે, ધાતુઓને વધારનાર છે, વાયુ તથા પિ-

તત્ને હરનાર છે, વીર્યની વૃદ્ધિ કરનાર છે, કંક કરનાર છે, ભારે છે અને થંડું છે. ”

સમાધાન.—બળતરા કરનારાં જે જે અન્નપાન જમવામાં આવે છે તે તે અન્નપાનોથી થતી બળતરાની શાંતિ કરવાવાસ્તે માણસે ભોજનને અંતે દુધ પીવું જોઈએ. એ ઉપરથીજ બ્રહ્મપુરાણમાં કહ્યું છે કે “ જેના છેડામાં દુધ આવે એવો આહાર કરવો. પણ જેના છેડામાં દહીં આવે એવો આહાર કદીપણ કરવો નહીં. ” ખારા, ખાટા, તીખા અને ગરમીવાળા જે પદાર્થો અત્યંત બળતરા ઉપજાવનારા છે તેઓના દોષને મટાડવાસાથે મધુર રસ જમીને આહાર પુરો કરવો જોઈએ. ભોજનના છેડામાં દુધ વગેરે મધુર ભોજને વધારેલા કંક ખાટા, ખારા, અને તીખા ભોજને ઉત્પન્ન કરેલા પિત્તની વૃદ્ધિને મટાડે છે, પિત્તની વૃદ્ધિ મટવાથી કંકની વૃદ્ધિ પણ ક્ષીણ થાયછે અને ક્ષીણ થએલી કંકની વૃદ્ધિ અગ્નિના મંદપણા વગેરે વ્યાધિઓને ઉત્પન્ન કરી શકતી નથી.

શંકા.-શત્રુનો નાશ કરવાથી તે શત્રુને હણના-
રાની વૃદ્ધિ જોવામાં આવે છે પણ ક્ષીણતા જો-
વામાં આવતી નથી તો ઉપર પ્રમાણે પિત્તનો
નાશ કરવાથી તેના શત્રુ કફની વૃદ્ધિ થવી જોઈએ
પણ ક્ષીણતા થવી નહીં જોઈએ તે છતાં 'ક્ષીણતા
થાય છે' એમ કેમ કહો છો?

સમાધાન.-અળવાન્ શત્રુનો નાશ કરવાથી
નાશ કરનારાની પણ ક્ષીણતા થએલી જોવામાં
આવે છે. જેમ જળ અગ્નિથી તપેલા લોઢાના ત-
પ્તપણુનો નાશ કરે છે ત્યારે પોતે પણ ક્ષીણ થાય-
છે તેમ જે ઘણી અળવાન્ શત્રુના વધારાનો નાશ
કરે તે ઘણી પોતે પણ ક્ષીણ થાય છે.

શંકા.-ભોજનના અંતમાં ખાધેલા તીખા, ક-
ડવા અને કષાય રસો કફને શમાવશે પણ વાયુની
વૃદ્ધિ કરશે તેનું શું કરવું?

સમાધાન.-તીખા વગેરે રસોની શક્તિ કફને
શમાવવાનુંજ કામ કરીને ક્ષીણ થઈ જશે એટલે
વાયુને વધારી શકશે નહીં. જે પદાર્થ એક દો-
ષનો નાશ કરે તે પદાર્થ બીજા દોષને કેમ વધારી

શકે ? નજ વધારી શકે. કારણ કે તેની શક્તિ એક દોષનો નાશ કરવામાંજ ઉપક્ષીણ થાયછે. વાસ્તવિકતો એમ છં કે સઘળા રસો જે રસ વધારે જમાયો હોય તેનાજ તાબેદાર થઈ રહે છે. કારણ કે “જેમ પ્રકોપ પામેલા દોષો બળવત્તર દોષના તાબેદાર થઈ જાયછે તેમ ખાવામાં આવેલા સઘળા રસો બળવાનૂ રસના તાબેદાર થઈ જાયછે ” એમ સુશ્રુતે કહ્યું છે.

જમ્યા પછી શું કરવું.

જમી રહ્યા પછી (લૂણ આદિ) રૂક્ષ પદાર્થથી મોહોડું સાફ કરીને મછણ લેવું. જમતી વખતે દાંતમાં કાંઈ ચોટી ગયું હોય તો તે કાઢાડયા પછી મછણ લેવું. દાંતના મધ્યમાં અન્ન લાગી ગયું હોય તો તેને સળી વગેરેથી ધીરે ધીરે કાઢાડી નાખવું. જે કાઢાડી નાખવામાં ન આવે તો તેથી મોહોડામાં દુર્ગંધ થાયછે. જે કાંઈ લેપ દાંતમાં લાગી રહ્યા છતાં બાહ્ય કાઢાડી શકાય એવો ન હોય તો તેને દાંત જેવોજ માનવો એટલે તેને કાઢાડી નાખવામાં ઝાઝીવાર પ્રયત્ન ક-

રવું નહીં. મછણુ લીધા પછી ભીના હાથવડે
આંખોનો સ્પર્શ કરવો. જમ્યા પછી નિત્ય સુખ
આપનારા અગસ્ત્ય વગેરેનું સ્મરણ કરવું તે આ
રીતે કે “આત્મા, અન્ન અને અન્નના પરિણામ-
રૂપ વિષ્ણુજ છે તો એ સત્યના પ્રભાવથી મેં જે
અન્ન ખાધું છે તે પચી જાશે. અગસ્ત્ય, અગ્નિ
અને વડવાનલ એઓ મેં ખાધેલા સઘળા અન્નને
પચાવી દેશે અને અન્નના પરિણામથી થતું સુખ
મને આપશે તથા મારો દેહ રોગરહિત રહેશે.
મંગલગ્રહ, અગસ્ત્ય, અગ્નિ, સૂર્ય અને અશ્વિની-
કુમાર એ પાંચનું જે માણસ નિત્ય સ્મરણ કરે તે
માણસને ખાધેલું અન્ન તુરત પચી જાયછે.” એ-
પ્રમાણે બોલી પોતાનો હાથ પેટપર ફેરવીને પછી
જેથી પરિશ્રમ ન થાય એવાં કામ કરવાં પણ સુધ
રહેવું નહીં. “જમતાંવેંત સુધ રહેવાથી કદ્દ પ્ર-
કોપ પામીને અગ્નિનો નાશ કરેછે ” એવું શાસ્ત્રનું
વચન છે માટે જમ્યા પછી જાગવુંજ જોઈએ.
અન્ન પચીજાય ત્યારે વાયુ વધે છે, કાંઈક કાચુ

પાકું હોય ત્યારે પિત્ત વધે છે અને જમ્યા પછી કફ વધે છે એવો અનુક્રમ છે.

જમતાંવેંત ઉત્પન્ન થએલા કફનું નિવારણ.

અગર આદિનો ધુમાડો પીને અથવા મનને ગમે એવાં સોપારી, કપુર, કરતૂરી, લવીંગ તથા જાયફળ વગેરે કે જેઓ કષાય, તીખાં અને કડવાં છે તેઓથી અથવા મુખને સ્વચ્છ કરનારાં એળચી તથા હરડે આદિ દ્રવ્યો કે જેઓ તીખાં અને કષાય છે તેઓથી અથવા નાગરવેલનાં પાન સહિત મુગંધી પદાર્થોથી સમજીએ કફને દૂર કરવો.

નાગરવેલનાં પાનવિષે.

સંભોગના સમયમાં, મુઠ ઉઠ્યા પછી, નાહ્યા પછી વમન થયા પછી, યુદ્ધમાં, વિદ્વાનોની સભામાં અને રાજાઓની સભામાં પાન ચાવવાં જોઈએ. પાન એ તીખાં છે, ગરમ છે, રૂચિ ઉપજવનાર છે, તુરાં છે, દસ્ત સાફ ઉતારનાર છે, કડવાં છે, પાચક છે, વીર્ય રૂધિર તથા પિત્તને વધારનાર છે, હલકાં છે, લોકોને વશ્ય કરનાર છે,

કફને મટાડે છે, મોહોડાના દુર્ગંધને તથા મેલને ટાળે છે, વાયુને તથા પરિશ્રમને હરે છે, મોહોડામાં સ્વચ્છતા સુગંધ કાંતિ તથા સારાપણું કરે છે, હોઠના તથા દાંતના મેલને મટાડે છે, જીભને સાફ કરે છે, મોહોડાની લારને શમાવે છે અને ગળાના રોગને ટાળે છે. પાન જે નવું હોય તો તે મધુર છે, છેલ્લે કષાય રસવાળું છે, ભારે છે, કફને ઉત્પન્ન કરનાર છે અને ઘણુંકરીને ભાજીપાલાના ગુણુવાળુ છે. બંગાળા દેશનું પાન કેવળ તીખા રસવાળું છે, દસ્ત સાફ કરનાર છે, પાચક છે, પિત્તને ઉત્પન્ન કરનાર છે, ગરમ છે અને કફને હરનાર છે. જે પાન પાકેલું, તીખાશ વગરનું, નાહાનું, પાતળું અને ઘોળાશ ઉપર હોય તે પાનને ઉત્તમ ગુણુવાળું જાણવું અને ખીજ પાનને આછા ગુણુવાળું જાણવું.

સોપારીવિષે.

સોપારી એ ભારે છે, ટાઢું છે, રક્ષ છે, કફ તથા પિત્તને મટાડનાર છે, મોહ ઉપજવનાર છે, અગ્નિને દીપ્ત કરનાર છે, રચિ ઉપજવનાર છે અને

મોઢોડાના વિરસપણાને મટાડનાર છે. રોઠી સોપારી શેકીને ખાવાથી વાત પિત્ત અને કફ એ ત્રણે દોષ મટે છે. રસ ભરેલી નવી સોપારી ભારે છે અને અગ્નિને અત્યંત નાશ કરનાર છે.

કાથા તથા ચુનાવિષે.

કાથો એ કફ તથા પિત્તને મટાડનાર છે અને ચુનો વાયુ તથા કફને હરનાર છે.

**પાન, કાથો તથા ચુનો ભેળાં કરીને
ખાવાવિષે.**

પાન, કાથો તથા ચુનો ભેળાં કરીને ખાધાથી ત્રણે દોષ મટે છે અને મન પ્રકુલ્લિત થાયછે. સવારમાં પાનખીડી ખાવી હોય તો તેમાં સોપારી કાંઇક વધારે નાખવી, બપોરે ખાવી હોય તો કાથો કાંઇક વધારે નાખવો અને રાતે ખાવી હોય તો ચુનો કાંઇક વધારે નાખવો. એવી યુક્તિથી સર્વદા પાન ખાવું. પાનના અગ્રમાં આયુષ્ય રેહે છે, મૂળમાં યશ રેહેછે અને મધ્યમાં લક્ષ્મી રેહે છે એટલામાટે પાનનાં અગ્ર મૂળ તથા મધ્ય

ભાગનો ત્યાગ કરવો. પાનતું મૂળ ખાધાથી વ્યાધિ થાયછે અને અગ્ર ખાધાથી પાપ લાગે છે. પાનનો ભુકો કરીને ખાવાથી આયુષ્યનો નાશ થાયછે અને પાન ઉપરની નસ ખાવાથી બુદ્ધિનો નાશ થાયછે. પાનખીડીની પેહેલી પચરકી ઝેર જેવી છે માટે તેને ગળીજવી નહીં. બીજી પચરકી પણ ઝાડો લગાડનાર અને માંડ પચે એવી હોય છે માટે તેને પણ ગળી જવી નહીં અર્થાત થુંકી નાખવી. ત્રીજી પચરકીથી ગળી જઇએ તો તે રસાયન સમાન અને અમૃત સમાન થાયછે માટે બીજી પછીની સઘળી પચરકીઓ ગળીજવી નેઇએ. જેણે રેચ લીધો હોય તેણે અને ભુખ્યાએ પાનતું બહુ સેવન કરે તો દેહ દષ્ટિ, કેશ, દાંત, અગ્નિ, કાન, વર્ણ અને બળ એ-ઓની ક્ષીણતા થાયછે. બહુ પાન ચાવવાથી શોષ થાયછે અને પિત્ત, વ્રાયુ તથા રૂધિરની વૃદ્ધિ થાયછે. નબળા દાંતવાળાને, આંખના રોગવાળાને, ઝેરથી પીડાએલાને, મૂર્ચ્છાવાળાને અને નશાથી પીડાએલાને પાન હિતકારી નથી.

જમીને ફરવાવિષે.

જમ્યા પછી ધીરે ધીરે સો પગલાં ચાલવું જોઈએ. એમ કરવાથી પેટમાં પડેલો અન્નનો જથ્થો પોચો પડે છે અને ઠોક, ગોઠણ તથા કેડમાં સુખ થાયછે. જમીને બેસી રહેવાથી શરીરમાં આલસ્ય ભરાય છે, સુઈ રહેવાથી શરીર પુષ્ટ થઈ જાયછે, દોડવાથી મૃત્યુ પ્રાપ્ત થાયછે અને ધીરે ધીરે સો પગલાં ચાલવાથી આયુષ્ય વધેછે.

કેવી રીતે સુવું.

પ્રથમ ચત્તાં સુઈને આઠ શ્વાસ લેવા, પછી જમણે પડખે સુઈને સોળ શ્વાસ લેવા, પછી ડાબે પડખે સુઈને બત્રીશ શ્વાસ લેવા અને તે પછી જેમ અનુકૂળ આવે તેમ સુઈ રહેવું પ્રાણીઆને નાભિથી ઉપર ડાબા ભાગમાં અગ્નિ રહેલો છે એટલામાટે ખાધેલાને પચાવવા સારૂ ડાબે પડખે સુવું સારૂ છે.

કેવા શયનપર સુવું.

ખાટલો ત્રણે દોષને મટાડનાર છે, પલંગ વાયુ તથા કફને શમાવનાર છે, પૃથ્વીપર બીછાનું એ

વીર્યને વધારનાર છે તથા સ્ત્રીનો પ્રસંગ કરનારા પુરૂષને હિતકારી છે અને લાકડાના પાટીયા પર સુતું એ વાયુને વધારનાર છે. બીજો અંતકાર કેહેછે કે “પૃથ્વીપર બીજાનું એ વાયુને ઉત્પન્ન કરનાર છે, અત્યંત રૂક્ષ છે અને પિત્તનો તથા રૂધિરનો નાશ કરનાર છે ” સારા શયનપર સુવાથી મન પ્રસન્ન થાયછે, પુષ્ટિ નિદ્રા તથા ધીરજ મળે છે, પરિશ્રમ તથા વાયુ હરાય છે અને સ્ત્રીનો સંગ કરનારાને અનુકૂલ થાયછે. શયન ખરાબ હોય તો તેથી સઘળું વિપરીત થાયછે.

અંગ ચંપાવવા વિષે.

અંગોને ચંપાવવાથી માંસ લોહી અને આમડી બહુજ સાફ થાયછે, પ્રીતિ ઉત્પન્ન થાયછે, નિદ્રા આવે છે, વીર્ય વધે છે અને કફ, વાયુ તથા પરિશ્રમ મટે છે.

કેવો પવન સેવવો.

ઘણા પવનવાળી જગ્યા શરીરમાં રૂક્ષપાણું કરેછે, વર્ષુને બગાડે છે, બળતરાને તથા પિત્તને મટાડે છે, અંગોને ઝલાઇ ગએલાં જેવાં કરેછે, પ-

સીનાને ટાળે છે, મૂર્ચ્છાને મટાડે છે અને તરસને પાણુ શાંત કરેછે. જ્યાં ઘણો પવન ન હોય તે જગ્યા ઉપર લખ્યાથી વિપરીત ફલ આપે છે. શ્રીષ્ઠ ઋતુમાં (ઉનાળામાં) પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે ઝાઝા પવનવાળી જગ્યાનું સેવન કરવું અને શરદ ઋતુના વચલા ભાગમાં તેવી જગ્યાનું સેવન કરવું બીજી ઋતુઓમાં આયુષ્યની વૃદ્ધિનેવાસ્તે અને આરોગ્યનેવાસ્તે ઘણા પવન વગરની જગ્યાનુંજ સર્વદા સેવન કરવું. પૂર્વદિશાનો પવન ભારે છે, ગરમીવાળો છે, સ્નિગ્ધ છે, પિત્ત તથા લોહીને ખરાબ કરનાર છે, બળતરા કરનાર છે, વાયુને ઉત્પન્ન કરનાર છે, પરિશ્રમ કંઈ તથા શોષવાળાઓને હિતકારી છે, ખાવાના પદાર્થોમાં ઘણી મીઠાશ આપનાર છે, સખત છે, અંગમાં બેહેરાપણું આપનાર છે અને આમડાના દોષને, અરશને, ઝેરને, પેટના ક્રીડાઓને, સન્નિપાત જ્વરને, શ્વાસને તથા ^૧ આમવાતને પ્રકોપ પ-

૧ આમવાયુ નામનું એક જાતનું દરદ છે કે જેનું લક્ષણ આગળ કેહેવાશે.

માડનાર છે. દક્ષિણ દિશાનો પવન ખાવાના પદાર્થોમાં મીઠાશ આપનાર છે, પિત્ત તથા લોહીને હરનાર છે, હલકો છે, શીતવીર્ય વાળો છે, બળ આપનાર છે, આંખોને હિતકારી છે અને વાયુને ઉત્પન્ન કરનાર નથી. પશ્ચિમ દિશાનો પવન તીક્ષ્ણ છે, સુકાવી નાખનાર છે, બળને હરનાર છે, હલકો છે, મેદ પિત્ત તથા કફને મટાડનાર છે અને વાયુને વધારનાર છે. ઉત્તર દિશાનો પવન ટાઢો છે, સ્નિગ્ધ છે, માંદા માણુસોના દોષોને વધારે છે, શરીરમાં કુણાશ કરનાર છે, સાબળ માણુસોને બળ આપનાર છે, મધુર છે અને કોમળ છે. અગ્નિ ખુણાનો પવન બળતરા કરનાર છે અને રૂક્ષ છે. નૈઋત્ય ખુણાનો પવન બળતરા કરનાર નથી પણ રૂક્ષ છે. વાયુ ખુણાનો પવન કડવો છે અને ઇશાન ખુણાનો પવન તીખો છે. ચારે દિશાઓમાં સામટો વાયુ વાતો હોય તો તે પ્રાણીઓના આયુષ્યની હાની કરનાર અને ઘણા રોગોને ઉત્પન્ન કરનાર છે માટે તે પવનને સેવવો નહીં. સેવ્યો હોય તો તેમાંથી

સારૂ થતું નથી. પંખાનો પવન દાહને, પસી-
નાને, મૂર્ચ્છાને અને પરિશ્રમને મટાડનાર છે.
તાડના પંખાનો પવન ત્રણે દોષને શાંત કરનાર
છે. વાંસના વીંઝણાનો પવન ગરમ છે અને
લોહીનો તથા પિત્તનો પ્રકોપ કરનાર છે. ચમ-
રનો, વસ્ત્રનો, મોર પાંછનો અને નેતરના પંખાનો
પવન દોષને હરનાર છે, સ્તિગ્ધ છે, મનને ગમે
એવો છે અને સારી રીતે વખણાયેલ છે.

દિવસે સુવાવિષે.

દિવસે સુવું નહીં કારણ કે સુવાથી કફ થાયછે.
શ્રીષ્ઠ ઋતુ શિવાય બાકીના સઘળા સમયોમાં
દિવસે સુવાનો નિષેધ છે પણ જે માણસોને નિત્ય
દિવસે સુવાનો અભ્યાસ હોય તેઓ જો દિવસે ન
સુવે તો તેઓના વાયુઆદિ દોષનો પ્રકોપ થાયછે
માટે તેઓને દિવસે સુવાનો નિષેધ નથી. કસ-
રતમાં તત્પર રહેનારા, સ્ત્રીઓના સંગમાં તત્પર
રહેનારા, માર્ગમાં ચાલવામાં તત્પર રહેનારા,
ઘોડા વગેરે વાહનોપર બેસવામાં તત્પર રહે-
નારા, ગ્લાનિવાળા, હાથઘોણાના દરદવાળા, શૂદ્ર

નીકળવાના દરદવાળા, શ્વાસના દરદી, તરસથી ઘેરાએલા, હીંકથી પીડાતા, પવનના દરદથી પીડાતા, ક્ષીણ થએલા, જેઓનો કંઈ ક્ષીણ થયો હોય એવા, બાલકો, નશાથી ઘેરાએલા, વૃદ્ધ લોકો, રસના અજીર્ણવાળા, રાતના ઉન્નગરાવાળા અને જેણે ઉપવાસ કરેલો હોય એવા મનુષ્યોને ખુશીથી દિવસના સુવરાવવા. દિવસે અથવા રાતે જેઓને નિદ્રા સ્વાધીન હોય તેઓ દિવસે સુઈ રહે અને રાતે જાગે તોપણ તેઓને કશી હરકત થતી નથી.

ભોજન કર્યા પછી નિદ્રા કરવા વગેરેથી શું થાયછે.

જમ્યા પછી નિદ્રા કરવાથી વાયુ તથા પિત્ત હરાય છે, કંઈ થાયછે, શરીર પુષ્ટ થાયછે અને સુખ મળે છે. સુઈ રહેવાથી પિત્તનો નાશ થાયછે, અંગ ચંપાવવાથી વાયુનો નાશ થાયછે, વમનથી કંઈનો નાશ થાયછે અને લાંઘવાથી જ્વરનો નાશ થાયછે. બેઠાં બેઠાં ઝોલાં ખાવાથી કંઈ થતો નથી અને રૂક્ષપણું પણ થતું નથી.

પેટમાં અન્નને સ્થિર રાખવાના ઉપાય.

જમ્યા પછી પણ મનને પ્રિય લાગે એવા શબ્દ, સ્પર્શ રૂપ રસ અને ગંધનું સેવન કરવું. કેમ કે એમ કરવાથી પેટમાં અન્ન સારી રીતે રહે છે. ખરાબ સ્પર્શ, ખરાબ શબ્દ, ખરાબ રૂપ, ખરાબ રસ, ખરાબ ગંધ, અપવિત્ર અન્ન અને અત્યંત હસતું એટલાં વમન કરાવનારાં છે. જમ્યા પછી અત્યંત સુષ્ણ રહેવું નહીં, અત્યંત બેસી રહેવું નહીં, જે પદાર્થ બહુજ પ્રવાહી હોય તેનું સેવન કરવું નહીં, અગ્નિ કે તડકાનું સેવન કરવું નહીં, હાથવતે પાણીમાં તરવું નહીં માર્ગમાં બહુ ચાલવું નહીં, અને ઘોડા વગેરે વાહન પર બેસવું નહીં. જમ્યા પછી થોડીવાર સુધીમાં કસરત કરવી નહીં, મૈથુન કરવું નહીં, દોડવું નહીં, માર્ગમાં ચાલવું નહીં, યુદ્ધ કરવું નહીં, ગાવું નહીં અને જાણવું પણ નહીં.

અજીર્ણ થવાનાં કારણો.

સમય સર, પ્રકૃતિને મળતું આવે એવું અને હલકું ખાધું હોય તોપણ તે અન્ન ઝાઝું પાણી

(૫૨)

પીવામાં આવે તો સારી રીતે પાકતું નથી, અધો-
વાયુ મળ કે મૂત્રના વેગને રોકી રાખવામાં આવે
તો સારી રીતે પાકતું નથી અને ઉજાગરો કર-
વાથી પણ સારી રીતે પાકતું નથી. ઇર્ષ્યા, ભય,
ક્રોધ, લોભ, રોગ દીનતા કે દ્વેષ ભરાયા હોય તે
સમયમાં જે અન્ન, ખાવામાં આવે તે બરાબર
પાકતું નથી.

અજીર્ણ છતાં નહીં જમવા વિષે.

પેટમાં અજીર્ણ છતાં જે કાંઈ જમવામાં આવે
તે અધ્યશન એટલે વધારાનું જમાય છે એમ
સમજવું એટલામાટે પેહેલું જમેલું પચ્યું ન
હોય અને અગ્નિ મંદ હોય તો દિવસમાં બીજીવાર
જમવું નહીં. અજીર્ણ છતાં પણ રાતે જમવામાં
હરકત નથી. કારણકે “ સવારે ખાધેલું અજીર્ણ
હોય તો પણ સાંજે જમવામાં હરકત નથી પણ
સાંજે ખાધેલું અન્ન અજીર્ણ છતાં જે માણસ
સવારે જમે છે તેનો અગ્નિમંદ થઈ જાય છે.
સાંજે ખાધેલું અજીર્ણ છતાં સવારે જમવામાં

(૫૩)

આવે તો તે અન્ન ઝેરના જેવો પરિણામ કરે છે ”
એમ સુશ્રુતે કહ્યું છે.

સાંજે ખાધેલું અજીર્ણ હોય તો સવારે
કેમ કરીને જમવું.

સાંજે ખાધેલું પચ્યું નથી એવી શંકા ઉત્પન્ન
થાય તો સવારે સુંક સિંધાલૂણુ અને હરડેનું ચૂર્ણ
કરી ટાઢા પાણીથી તે ખાઈ જઈને પછી જમ-
વાના સયમાં પ્રમાણુસર જમવું.

દિવસે સ્ત્રીના સંભોગ વિષે.

સમન્ન્યે દિવસમાં સ્ત્રિનું સેવન નહીં કરવું
જોઈએ. કારણ કે તેમ કરવાથી આયુષ્યનો ક્ષય
થાયછે. પરંતુ બહુજ કામાતુરપણાથી પરવશ
થઈ જવાય તો ગ્રીષ્મ ઋતુમાં અને વસંત ઋ-
તુમાં દિવસે સ્ત્રીનો સંભોગ કરવાની છૂટ છે.

એસવા, પંથ કરવા તથા સેહેજ ફરવાવિષે.

એસી રેહેવાથી શરીરનો વર્ણુ સારો રહે છે,
કફ વધે છે, શરીર જાડું થાયછે, કુણાશ રહે છે,
અને સુખ મળે છે. પંથ કરવાથી શરીરનો વર્ણુ

બગડે છે, કફ મટે છે, જડાપણું મટે છે, અને કુણાશ પણ મટી જાય છે. દેહને વધારે પીડા ન થાય એવી રીતના સેહેજ ફરવાથી આયુષ્ય વધે છે, બુદ્ધિ વધે છે, અગ્નિ દીપ્ત થાય છે અને ઇન્દ્રિયો જાગ્રત રહે છે.

પાઘડી પેહેરવાવિષે.

પાઘડી પેહેરવાથી કાંતિ વધે છે, કેસ સારા રહે છે અને રજ વાયુ તથા કફ ટળે છે. પાઘડી હલકી (ઓછા ભારવાળી) રાખવી એ સાફ છે કારણ કે ભારે પાઘડી પેહેરવાથી પિત્ત થાય છે અને આંખમાં દરદ થાય છે.

પગરખાં પેહેરવાવિષે.

પગરખાં પેહેરવાથી નેત્રને સુખ થાય છે, આયુષ્ય વધે છે, પગના રોગ થતા નથી, સારી રીતે ફરી શકાય છે, ઊત્સાહ વધે છે અને શક્તિ પણ વધે છે. સર્વદા પગમાં પગરખાં પેહેર્યા વગર ફરવાથી મનુષ્યોને આરોગ્યની તથા આયુષ્યની હાનિ થાય છે, ઇન્દ્રિયો હળુાઇ જાય છે અને અંખ ની શક્તિ ઓછી થાય છે.

(૫૫)

છત્ર ઓઢવાવિષે.

છત્ર ઓઢવાથી વરસાદ, તડકો, પવન કે રજ હરકત કરતાં નથી, ટાઢ મટે છે, આંખોને સાંડ થાયછે અને તે સંસારમાં મંગળરૂપ પણ ગણાય છે.

હાથમાં લાકડી રાખવાવિષે.

હાથમાં લાકડી રાખવાથી શક્તિ, ઉત્સાહ, બળ, સ્થિરતા, ધીરજ તથા તેજ વધે છે, ટેકો મળે છે અને ખીકપણુ ટળે છે.

પાલખી આદિ વાહનોવિષે.

ઉપર ઢંકાએલી પાલખી સર્વને ખ્યારી લાગે છે અને એમાં બેસવાથી માણસોના વાયુ આદિ ત્રણે દોષ મટે છે એમ માનવામાં આવ્યું છે. વાહાણુ એ વાયુ તથા કફના રોગવાળાઓને વાસ્તે સાંડ નથી અને તેમાં બેસવાથી શ્રેર આવે છે. હાથી પર બેસવાથી પિત્ત તથા વાયુ ઉત્પન્ન થાયછે અને લક્ષ્મી, આયુષ્ય તથા પુષ્ટી વધે છે. ઘોડા પર બેસવાથી વાયુ વધે છે, પિત્ત વધે છે, અગ્નિ વધે છે, પરિશ્રમ થાયછે, મેદ ત્રુટે છે,

વર્ણુમાં ફેરફાર થાયછે, અને કફ હળુાય છે. બળવાળા માણસોને ઘોડાપર બેસવું બહુ હિતકારી છે.

તડકા, છાયા, વૃષ્ટી, ધમધોર, અગ્નિ અને ધ્રુવાડાવિષે.

તડકાથી પસીનો થાયછે, મૂર્ચ્છા આવે છે, રૂધીર તથા પિત્ત વધે છે, તરસ લાગે છે, ગ્લાનિ થાયછે, પરિશ્રમ થાયછે, બળતરા થાયછે, અને રંગ બદલી જાયછે. છાયાથી પસીનો મટે છે, મૂર્ચ્છા ટળે છે, રૂધિર તથા પિત્ત ઓછાં થાયછે, તરસ મટે છે, ગ્લાનિ મટે છે, પરિશ્રમ મટે છે, બળતરા મટે છે અને રંગ સારો રહે છે. વૃષ્ટિએ વીર્યને વધારે છે, ટાઢી છે, બળ આપનાર છે અને નિદ્રા તથા આલસ્યને ઉત્પન્ન કરનાર છે. વરસાદ વગરનું ધમધોર એ ભય ઉત્પન્ન કરનાર છે, મોહ આપનાર છે અને કફ તથા વાયુને વધારનાર છે. અગ્નિ એ વાયુને, ઝલાઈ જવાને, ટાઢને અને કફને મટાડનાર છે તેમજ આંખો દુખવાના રોગને શાંત કરે છે અને લોહી તથા પિ-

તનો પ્રકોપ કરેછે. ધુવાડો એ તુરત કફ કરનાર છે, નેત્રને બહુજ નુકસાન કરનાર છે, માથામાં ભારેપણું કરનાર છે અને વાયુ તથા પિત્તનો પ્રકોપ કરનાર છે.

કેવી વર્તણુક રાખવી.

સારા માણસોની સાથે મિત્રતા કરવી, એઓની ઉપર સઘળી રીતે સ્નેહ રાખવો અને મન, વચન, તથા કર્મથી સંસર્ગ પણુ એઓનોજ કરવો. નીચ માણસોનો સંગ સઘળી રીતે છોડી દેવો. દેવ, બ્રાહ્મણ, વૃદ્ધ, વૈધ, રાજા અને અતિથિઓનું સેવન કરવું. માગવા આવેલા લોકોને નિરાશ વાળવા નહીં અને કોઈ લોકોની અવજા કરવી નહીં. વડીલ વગેરે ગુરૂલોકોની પાસે સર્વદા નમ્રતા ભરેલી રીતે રહેવું એઓની પાસે પગ લાંબા કરીને બેસવા વગેરે અયોગ્ય ચાલ કદી પણુ કરવી નહીં. અપકાર કરનારા માણસનો ઉપકાર કરવામાં તત્પર રહેવું. સઘળાઓને પોતા સરખાજ ગણવા અને શત્રુથી દૂર રહેવું. અમુક માણસ મારો શત્રુ છે અથવા હું અમુક

માણસનો શત્રુ છું' એમ કોઈ રીતે જાહેર કરવું
 નહીં. કોઈ સ્થલમાં પોતાનું અપમાન થયું હોય તે
 વાતને અને પોતા ઉપર ધણીનો રનેહ ન હોય તે
 વાતને પણ જાહેર કરવી નહીં. પાણીમાં પોતાનું
 પ્રતિબિંબ જોવું નહીં, નમ્ર થઈને જળમાં પેસવું
 નહીં. જેની ઊંડાઈ કેટલી છે એવી ખબર ન
 હોય તથા જેમાં મધર વગેરે ધાતકી પ્રાણી રે-
 હેતાં હોય એવા જળમાં પેસવું નહીં. બોલવાનો
 સમય જણાય ત્યારે થોડું, હિતકારી, સાચું, મ-
 જાતું આવે એવું અને મીઠું વચન બોલવું. જ-
 મવાનો સમય થાય ત્યારે ઘણા મધુર રસ વાળું,
 ધીવાળું અને હિતકારી પ્રમાણુસર ભોજન કરવું.
 રાતે દહીં ખાવું નહીં અને હુણુ નાખ્યા વગરનું
 દહીં પણ ખાવું નહીં. મગની દાળ વગરનું, મધ
 વગરનું, અને સાકર વગરનું ધી પણ ખાવું નહીં.
 માણસનો અભિપ્રાય જોઈને જે માણસ જેવી
 રીતે રાજ થાય તેને તેવીજ રીતે અનુસરવું એ-
 ટલે બીજા માણસોને રાજ રાખવા ચતુર થવું,
 સહાય વગરનો માણસ સુખી થતો નથી, તેમ

સર્વ ઉપર વિશ્વાસ રાખનાર કે સર્વ ઉપર શક
 રાખનાર પણ સુખી થતો નથી. કદી પણ ઉ-
 ઘમ કરવાથી અટકવું નહીં. કોઈ માણસ ફળ
 મળે એવો ઉઘમ કરતો હોય અથવા ધન કમાતો
 હોય તેના ઉપર ઇર્ષ્યા કરવી નહીં. મળ, મૂત્ર,
 કે અધોવાયુ વગેરેના વેગને કદી પણ અટકાવવા
 નહીં અને કામ ક્રોધાદિક મનના વેગોને અટકા-
 વવા જોઈએ. ઇંદ્રિયોને પીડવી નહીં તેમ તે-
 એને ખડુ લાડ પણ લડાવવું નહીં. વરસાદ
 કે તડકા વગેરેમાં છત્ર રાખીને ફરવું. રાતે તથા
 ભયના સમયોમાં હાથમાં લાકડી રાખીને ફરવું.
 પગરખાં પેહેરી રાખવાં અને દેહનું રક્ષણ કરવું.
 આગળ ચાર ચાર હાથ ધરતી જોઈને તેમાં ફરવું.
 હાથ વતે નદીમાં તરવું નહીં. જ્યાં અગ્નિ જ-
 થાઅંધ હોય ત્યાં જવું નહીં. શક ભરેલા વાહા-
 નુમાં બેસવું નહીં ઝાડપર ચડવું નહિ, અને
 મસ્તીવાળા હાથી કે ઘોડા વગેરે વાહનપર
 ચડવું નહીં. સમજી માણસે સભામાં મોહોડા
 આડું લુગડું ઢીધા વગર ઊધરસ, શ્વાસ, એડ-

કાર, બગાસું, કે છીંક ખાવાં નહીં. સભામાં નાક ખોતરવું નહીં, કોઈ વખતે પણ ભિભ-
 ડક બેસવું નહીં, ઘણીવારસુધી ગોઠણ ઊંચા
 રાખીને બેસવું નહીં અને નખથી ધરતી ખો-
 તરવી નહીં. શરીરપર કદીપણ સાવરણીની
 ધૂળ પડવા દેવી નહીં. નખવતે તણસલાં તો-
 ડવાની ટેવ રાખવી નહીં. અંગ એહું હોય
 ત્યારે બ્રાહ્મણને અડવું નહીં. રાહુથી બેત્રાએલા,
 ભિગતા કે આથમતા સૂર્યની સામું જોવું નહીં પા-
 ણીમાં સૂર્યનું પ્રતીબિંબ પડયું હોય તેનેપણ કદી
 જોવું નહીં. જીણી વસ્તુ સામું નિરંતર જોવું
 નહીં. પ્રદીપ્ત, અપવિત્ર અપ્રિય વસ્તુ સામું
 પણ જોવું નહીં. આકાશમાં ઇંદ્ર ધનુષ્ય તણ્ણાયું
 હોય તે કોઈ સમયે પણ કોઈને દેખાડવું નહીં.
 બળવાનની સાથે લડાઈ કરવાની ઇચ્છા કરવી
 નહીં. માથાપર ભારી બોજે ઉપાડવો નહીં.
 હાથ વગેરે ઠોકીને ગાત્રનો અવાજ કરવો નહીં.
 હાથ વતે કેશને હલાવવા નહીં. બે પૂજ્ય મા-
 ણુસ કે સ્ત્રિપુરૂષ ઉભાં હોય તેઓની વચમાં થઈને

જવું નહીં. શત્રુનું કે વેશ્યાનું અન્ન કદી પણ ખાવું નહીં. કોઈ સમયે પણ કોઈનું જમીન થવું નહીં. કોઈનું વૃથા સાક્ષી થવું નહીં. કોઈની થાપણ રાખવી નહીં અને જીગરનો તો દુરથીજ ત્યાગ કરવો. સ્ત્રીઓનો વિશ્વાસ કરવો નહીં. સ્ત્રીઓને સ્વતંત્ર પણ રાખવી નહીં. ઘણા પ્રયત્નથી સ્ત્રીઓનું રક્ષણ કરવું તેમાં પણ જીવાનીમાં તો વિશેષ રક્ષણ કરવું જોઈએ. ફાટેલા અથવા અનેક છિદ્રોવાળા શયનમાં સુવું નહીં. રાતે દેવ મંદીરમાં કે ઝાડ નીચે એકલાં સુવું નહીં. આ પ્રમાણે સર્વદા સદાચારમાં તત્પર રહીને દિવસો વ્યતિત કરવા અને રાત્રિઓમાં તે સમયને અનુકૂળ પડે એવાં કામો કરવાં. સંક્ષેપથી આ જે સદાચાર કહ્યો તે પ્રમાણે જે માણસ ચાલે તેને આયુષ્ય, પ્રીતી, ધર્મ અને યશની પ્રાપ્તિ થાયછે.

સંધ્યાકાળમાં ક્યાં ક્યાં કામો ન કરવાં.

સમજી માણસે સંધ્યાકાળમાં આહાર, મૈથુન, નિદ્રા, શાસ્ત્રાદિકનું અધ્યયન અને માર્ગમાં ચાલવું એ પાંચ કામો નહીં કરવાં જોઈએ. સા-

ચંકાળે ભોજન કરવાથી વ્યાધી ઉત્પન્ન થાયછે.
 મૈથુન કરવાથી ગર્ભમાં વિકાર ઉત્પન્ન થાયછે,
 નિદ્રા કરવાથી નિર્ઘનપણું પ્રાપ્ત થાયછે, ભણવાથી
 આયુષ્યની હાની થાયછે અને માર્ગમાં ચાલ-
 વાથી ભય ઉત્પન્ન થાયછે.

રાત્રિચર્યા.

ચાંદની વગેરેના ગુણ.

ચાંદની એ ટાઢી છે, કામદેવ સંબંધી આનંદ
 આપનારી છે અને તરશ, પિત્ત તથા બળતરાને
 હરનારી છે. ઝાકળ એ ચાંદનીથી ઓછા ગુણ-
 વાળી છે અને વાયુ તથા પિત્તને કરનારી છે.
 અંધારૂં એ ભય કરનાર છે, મોહ કરનાર છે, દિ-
 શાઓને ભુલાવી દેનાર છે, પિત્ત તથા કફને હ-
 રનાર છે, કામદેવને વધારનાર છે અને શરીરમાં
 ગ્લાનિ આપનાર છે.

(૬૩)

રાતે કચે વખતે અને કેવું જમવું.

રાતે પેહેલા પોહોરમાં કાંઈક ભુખ રહે એવી રીતે આહું જમવું અને તેમાં ઘણીવારે પચે એવા પદાર્થો ખાવા નહીં.

મૈથુનવિષે.

પ્રાણીને શરીરમાં નિત્ય મૈથુન કરવાની ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાયછે. ઇચ્છા થયા છતાં મૈથુન નહીં કરવાથી પ્રમેહ થાયછે, મેદની વૃદ્ધિ થાયછે અને શરીરમાં શિથિલપણું થાયછે. સ્ત્રી સોળ વર્ષ-સુધી બાલા કેહેવાય છે, બત્રીશ વર્ષસુધી યુવાન કેહેવાયછે, પચાશ વર્ષસુધી પ્રૌઢા કેહેવાયછે અને તે પછી વૃદ્ધ કેહેવાયછે. સ્ત્રીને વૃદ્ધ અવસ્થામાં કામદેવ સંબંધી ઉત્સવ રેહેતો નથી. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં અને સરદ્ ઋતુમાં વિષયી પુરૂષને બાલા સ્ત્રી અત્યંત હિતકારી છે. શીત કાળમાં યુવાન સ્ત્રી અને વર્ષા તથા વસંતમાં પ્રૌઢા સ્ત્રી અત્યંત હિતકારી છે. નિત્ય બાલા સ્ત્રીનું સેવન કરવાથી બળ વધે છે, યુવાન સ્ત્રીનું સેવન કરવાથી શક્તિ ઓછી થાયછે અને પ્રૌઢા સ્ત્રીનું સેવન કરવાથી

ઘડપણુ આવેછે. તાણું માંસ, નવું અન્ન, બા-
 લા સ્ત્રી, દુધનું જમણુ, ધી અને ઊના પાણીથી
 સ્નાન એ છ વાનાં તુરત બળ આપનારાં છે.
 ગંધાતું માંસ, વૃદ્ધ સ્ત્રી, કન્યા સંક્રાંતીનો સૂર્ય, તુ-
 રતનું જમાવેલું (એટલે બરાબર નહીં જામેલું)
 દહી, પ્રભાતકાળનું મૈથુન અને પ્રભાતકાળની
 નિદ્રા એ છ વાનાં તુરત બળને હરનારાં છે. જિતે-
 દ્રિયપણુથી સ્ત્રીઓનો સંગ નહીં કરનારા પુરૂષોનું
 આયુષ્ય વધે છે, તુરત જરા અવસ્થા આવતી નથી,
 શરીરનો વર્ણુ સારો રહેછે, શરીરમાં બળ રહેછે
 અને માંસ સ્થિર તથા વૃદ્ધિ પામેલું રહેછે. હે-
 મંત ઋતુમાં વાજકરણનાં ઔષધ ખાઈ બળ
 મેળવીને પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે ખૂબ મૈથુન ક-
 રવું. શિશિર ઋતુમાં પણ મરણ પ્રમાણે મૈથુન
 કરવું. વસંત ઋતુમાં શરદ્ ઋતુમાં ત્રણ ત્રણ
 દિવસે મૈથુન કરવું અને વર્ષા ઋતુમાં તથા ગ્રી-
 ષ્મ ઋતુમાં પખવાડીએ પખવાડીએ મૈથુન કરવું.
 સુશ્રુત તો એમ કેહેછે કે “ સમજી પુરૂષે સધળી
 ઋતુઓમાં ત્રણ ત્રણ દિવસે સ્ત્રીનો સંભોગ કરવો

પણુ શ્રીષ્ઠ ઋતુમાં પખવાડીએ પખવાડીએ કરવો. ” શીતકાળમાં રાતે મૈથુન કરવું, શ્રીષ્ઠ ઋતુમાં દિવસે મૈથુન કરવું, વસંત ઋતુમાં રાતે તથા દિવસે પણુ કરવું, વર્ષા ઋતુમાં મેઘની ગર્જના થાય ત્યારે કરવું અને શરદ્ ઋતુમાં મરજીમાં આવે ત્યારે કરવું. પ્રભાતે, સાયંકાળે, પર્વણીઓમાં, અધરાતે, ગાયો છુટવાના સમયમાં અને મધ્યાહ્ન સમયમાં મૈથુન નહીં કરવું જોઈએ. અત્યંત ગુપ્ત, રમણીય, સુગંધીવાળા, સુખદાયી પવનવાળા અને જેમાં સ્ત્રીઓનાં ગાયન સાંભળવામાં આવતાં હોય એવા સ્થળમાં સ્ત્રીની સાથે વિહાર કરવો. જે સ્થળ વડીલ લોકોના સમીપમાં હોય, ખુલ્લું હોય, કે બહુ લાજ ઉપજવનાર હોય અથવા જેમાં મનને ગ્લાનિ આપનારાં વચન સાંભળવામાં આવતાં હોય તે સ્થળમાં પુરૂષે સ્ત્રીની સાથે રમણુ કરવું નહીં. પુત્રની ઇચ્છાવાળા પુરૂષે નાહી, અંગોમાં ચંદનનું લેપન કરી, સુગંધી પદાર્થોને ધારણુ કરી, કુલની માળાઓ પેહેરી, વીર્ય વધારનારા પદાર્થો જમી,

સારાં વસ્ત્ર પેહેરી, સારા અલંકાર પેહેરી, ઉત્તમ વેષ ધરી, મોહોડામાં પાનખીડી રાખી, સ્ત્રી ઉપર પ્રેમ ધરી કામદેવની વૃદ્ધિ થાય તે સમયમાં સુંદર શયનપર સ્ત્રીનો સંગ કરવો. બહુ જન્મેલાએ, ધીરજ વગરનાએ, ભુખ્યાએ, દુખતાં અંગવાળાએ, તરસવાળાએ, બાળકે, વૃદ્ધે, મળ મૂત્રાદિકના વેગથી પીડાએલાએ અને મૈથુનથી વધે એવા રોગવાળાએ મૈથુન નહીં કરવું નેઇએ. વાજકરણના ઉપાયોથી શક્તિ વધારી કામદેવ વૃદ્ધિ પામે તે સમયમાં રૂપાળી, ગુણવાળી, પોતાના જેવા સ્વભાવવાળી, સારા કુલની, બહુ કામનાવાળી, રાજપાવાળી અને જેણે સારી રીતે શણગાર ધસ્યા હોય એવી સ્ત્રીનો પરમ આનંદથી યુક્તિપૂર્વક સંભોગ કરવો. પુરૂષે ઘણો ખરાબ પરિણામ નીવડવાની શંકા રાખીને રજસ્વળા, કામના વગરની, મલિન, અપ્રિય, ઊંચા વર્ણની, પોતાથી અધિક અવસ્થાવાળી, વ્યાધિથી પીડાએલી, એછાં અંગવાળી, ગર્ભવાળી, દ્વેષપાત્ર, યોનિના રોગવાળી, પોતાના ગોત્રમાં જન્મેલી,

ગુરૂ પત્ની, અને જેણે લેખ લીધો હોય એવી સ્ત્રીનો સંગ નહીં કરવો. જે પુરૂષ પોતાના મનને હાથમાં નહીં રાખતાં રજસ્વલાનો સંગ કરે તેનાં દષ્ટિ, આયુષ્ય અને તેજની હાનિ થાયછે અને તેથી અધર્મ પણ થાયછે. લેખવાળી, ગુરૂપત્ની, પોતાના ગોત્રમાં ઉત્પન્ન થએલી કે વૃદ્ધ અવસ્થાવાળી સ્ત્રીનો સંગ કરવાથી તેમજ સવારે, સાંજે કે પર્વણીઓમાં સ્ત્રીનો સંગ કરવાથી પણ જીવનનો ક્ષય થાયછે ગર્ભિણીનો સંગ કરવાથી ગર્ભને પીડા થાયછે. રોગવાળીનો સંગ કરવાથી બળનો ક્ષય થાયછે. ઓછાં અંગવાળી, મલિન, દ્વેષપાત્ર, દુબળી કે વાંઝણી સ્ત્રીનો સંગ કરવાથી તેમજ ખુદ્દી જગ્યામાં સ્ત્રીનો-સંગ કરવાથી વીર્ય ક્ષીણ થાયછે અને મન ગ્લાનિ પામે છે. “ગર્ભિણીનો સંગ નહીં કરવો” એમ કહ્યું તેમાં એવું સમજવાનું છે કે ગર્ભ રેહેવાના દિવસથી બીજે મહિને અથવા ગર્ભ રેહેવાનો નિશ્ચય નહાં હોવાનેલીધે કે જ્યોતિઃશાસ્ત્રમાં કહેલાં અહ નક્ષત્રાદિક નહીં મળવાનેલીધે ત્રીજે મહિને પુંસવન નામની

ક્રિયા કરવામાં આવ્યા પછી ગર્ભિણીનો સંગ નહીં કરવો. કારણ કે “પુંસવન થયા પછી સ્ત્રીએ નદીને કાંઠે જવું નહીં, પાણીના કુદરતી ખાડામાં જવું નહીં, પતિની શય્યામાં જવું નહીં, જેનાં છોકરાં મરીજતાં હોય એવીની પાસે જવું નહીં અને માંસ ખાવું નહીં” એમ વ્યાસે કહ્યું છે. બીજા ગ્રંથમાં પણ લખ્યું છે કે “ગર્ભવાળી સ્ત્રીએ માંસ ખાવાનો, દેવના બગીચામાં જવાનો, નદીએ જવાનો અને પુરૂષના સંભોગનો ત્યાગ કરવો.” ભુખ્યો, ગડબડમાં પડેલા ચિત્તવાળો, તરસ્યો કે બળ રહિત પુરૂષ સ્ત્રીનો સંગ કરે તો અથવા મધ્યાન્હના સમયમાં સંગ કરે તો અંદર રહેલા વીર્યની હાની થાયછે અને વાયુનો પ્રકોપ થાયછે. રોગી પુરૂષ સ્ત્રીનો સંગ કરે તો તેને પીડા, બરલતું દરદ, મૂર્છા અને મૃત્યુ પણ થાયછે. પરોઢીએ કે અધરાતે સ્ત્રીનો સંગ કરવાથી વાયુનો અને પિત્તનો પ્રકોપ થાયછે. પશુનો સંગ કરવાથી અથવા શૃષ્ટિક્રમ વિરૂદ્ધ મૈથુન કરવાથી અથવા ખરાબ યોનિમાં મૈથુન કરવાથી ચાંદી

થાયછે, વાયુનો પ્રકોપ થાયછે, અને વીર્યનો તથા સુખનો ક્ષય થાયછે. ઝાડાના વેગને રોકવાથી, મૂત્રના વેગને રોકવાથી, ચળિત થએલા વીર્યને રોકવાથી અને વિપરીત રતિ કરવાથી તુરત વીર્યની પથરી (પાણુવી) થવાનો સંભવ થાયછે અને વળી એમ કરવું એ આ લોક તથા પરલોકના અહિત રૂપ છે એટલામાટે એ સધળું છોડી દેવું. ચળિત થએલા વીર્યને કદી પણ ભૂલ કરીને રોકી રાખવું નહીં. સંભોગ થઈ રહ્યા પછી નાહાવું, સાકર સહિત દુધ પીવું, ગોળવાળા પદાર્થ ખાવા, વાયુનું સેવન કરવું, માંસનો રસો પીવો અને નિદ્રા કરવી એટલાં વાનાં હિતકારી છે. બહુ મૈથુન કરવાથી શુળ, ઉધરસ, દુખ્ખળાપણું, પાંડુરોગ, ક્ષયરોગ અને આક્ષેપકરોગ (જે થવાથી શરીર વારંવાર ડોલવા માંડે છે તે વાયુસંબંધી રોગ) વગેરે ઉત્પન્ન થાયછે.

જાગવા તથા ઝિંઘવાવિષે.

રાતે જાગવું એ રૂક્ષપણું કરે છે અને કફને

તથા ઝેરની પીડાને મટાડે છે. રાતે સમયસર ઊંઘ લેવાથી ધાતુઓની સમતા થાયછે, આલસ્ય રેહેતું નથી, પુષ્ટિ પ્રાપ્ત થાયછે, વર્ણુ સારો રેહે છે, ઉત્સાહ વધે છે અને જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાયછે.

રાતે અધોવાયુ નહીં ચાલવાનો ઉપાય.

જે માણસ સુવાના સમયમાં બીજેરાના પાનડાનું ચૂર્ણુ મધની સાથે ચાટે તે માણસ લાજ ઉત્પન્ન કરનારા વાયુનું ચાલવું રોકાવાથી સુખે સુઘ શકે છે.

સૂર્યોદયથી પેહેલાં આઠ અંજલિ પાણી
પીવાવિષે.

જે માણસ સૂર્યના ઉદય કાળમાં પાણીની આઠ અંજલિ પીવાનો નિયમ રાખે તે માણસ રોગ અને જરાથી મુક્ત રહીને સો વર્ષ ઉપરાંત જીવે છે. રાતનો ચોથો પોહોર થાય ત્યારથી આ જળ પીવાના આરંભ કરવાનો સમય સમજવો. કારણુ કે “ જો રાતના ચોથા પોહોરમાં રાતે રાખી મુકેલું જળ રોજ પીએ ” એમ ભોજે કહ્યું છે.

આ પાણી પીવાનો સમય સૂર્યોદય થવાને જરા વાર હોય ત્યારે છે એમ પણ બીજા ગ્રંથમાં લખ્યું છે. જેમ કે “ જે માણસ સૂર્ય ઉગ્યા પેહેલાં પાણીની આઠ અંજલિઓ પી જાય તે માણસ વાયુ, પિત્ત અને કફને જીતીને સો વર્ષસુધી સુખે જીવે. ” આ ઠેકાણે ભોજના વચન ઉપરથી વાંચી પાણી પીવાનું સમજવું. સૂર્યોદયને જરા વાર હોય તે સમયે પાણી પીવાનો અભ્યાસ રાખવાથી અરશ, સોજો, ઝાડાનું દરદ, તાવ, પેટના રોગ, જરાઅવસ્થા, કોઢ, મેદના વિકાર, મુતરવાની અડચણ, લોહીનો બગાડ, પિત્તનો બગાડ, કાનના રોગ, ગળાના રોગ, માથાના રોગ, ઠાંઠાના રોગ, શૂળ, આંખના રોગ અને બીજા પણ વાતપિત્ત ક્ષત અને કફથી થતા રોગો નાશ પામે છે. જે માણસ રાતનું અંધારૂં મરી જાય ત્યારે સવારમાં ઉઠીને નિત્ય નાકથી પાણી પીએ તે માણસની બુદ્ધિ પરિપૂર્ણ થાય, આંખો ગરૂંડની આંખો જેવી બળવાન થાય, ઘોળાં ન આવે, વળીઓ વળે નહીં અને સઘળા રોગ પણ મટે.

ત્રણ અંજલી જેટલું પાણી નાકથી પીવું જોઈએ એમ કરવાથી, ખીલ, વળી, ઘોળાં, શલીખમ, સ્વરભંગ, ઉધરસ, અને સોજત મટે છે. સવારમાં નાક વસે પાણી પીવાથી આંખો સારી થાય છે અને રસાયનના જેવો ગુણુ થાય છે. સ્નેહપાન કરચું હોય, (ઘી કે તેલ પીધું હોય) ક્ષત થયેલ હોય, રેચ લીધો હોય, પેટ ચડ્યું હોય, જઠરાગ્નિ મંદ પડ્યો હોય, હિંક આવતી હોય, અથવા કફ કે વાયુથી કોઈ રોગ ઉત્પન્ન થયો હોય તો નાકથી પાણી પીવું નહીં.

ઋતુચર્યા.

ઋતુઓનાં સ્વરૂપ.

રાશિઓમાં સૂર્યના ફરવા ઉપરથી છ ઋતુઓ થતી કેહેવાય છે કે જેઓમાં વાત, પિત્ત અને કફનાં વૃદ્ધિ, પ્રકોપ અને શમન થાય છે. મેષ અને વૃષ એ બે સંક્રાંતિઓ ગ્રીષ્મ કેહેવાય છે,

મિથુન કર્ક એ બે સંક્રાંતિઓ પ્રાવૃદ્ધ ઋતુ કેહેવાય
 છે, સિંહ અને કન્યા એ બે સંક્રાંતિઓ વર્ષા ઋતુ
 કેહેવાય છે. તુલ અને વૃશ્ચિક એ બે સંક્રાંતિઓ
 શરદ્ ઋતુ કેહેવાય છે, ધન અને મકર એ બે
 સંક્રાંતિઓ હેમંત ઋતુ કેહેવાય છે અને કુંભ તથા
 મીન એ બે સંક્રાંતિઓ વસંત ઋતુ કેહેવાય છે.
 ગંગાથી દક્ષીણ દેશમાં વૃષ્ટિ ઘણી થાય છે તેને-
 લીધે મુનિઓએ પ્રાવૃદ્ધ અને વર્ષા એ બે ઋતુ-
 ઓને જુદી જુદી ગણી છે (અને છ માં શિશિર
 ઋતુને ગણીજ નથી.) ખીજા આચાર્યો તો એમ
 કહે છે કે “ માઘ અને ફાલગુન એ બે મહિના
 શિશિર ઋતુ છે, ચૈત્ર અને વૈશાખ એ બે મહિના
 વસંત ઋતુ છે, જ્યેષ્ઠ અને આષાઢ એ બે મહિના
 શ્રીષ્ઠ ઋતુ છે, શ્રાવણ અને ભાદ્રપદ એ બે મ-
 હિના વર્ષા ઋતુ છે, આશ્વિન અને કાર્તિક એ બે
 મહિના શરદ્ ઋતુ છે, અને માર્ગશિર્ષ તથા પૌષ
 એ બે મહિના હેમંત ઋતુ છે. ” પેહેલી ત્રણ
 ઋતુઓ ઉત્તરાયન ગણાય છે અને ખીજી ત્રણ
 ઋતુઓ દક્ષિણાયન ગણાય છે. ઉત્તરાયન ગરમ

છે તથા બળને હરનાર છે અને દક્ષિણાયન ટાકું
છે તથા બળ દેનાર છે.

ઋતુઓના ગુણદોષ.

હેમંત ઋતુ થંડી છે, સ્નિગ્ધ છે, ઘણું કરીને
પદાર્થોમાં મીઠાશ ઉપજવનાર છે અને જઠરા-
ગ્નિને વધારનાર છે. શિશિર ઋતુ થંડી છે, અત્યંત
રૂક્ષ છે અને વાયુ તથા અગ્નિને વધારનાર છે.
વસંત ઋતુ પદાર્થોમાં મધુરપાણું ઉપજવનાર છે,
સ્નિગ્ધ છે અને કફની વૃદ્ધિ કરનાર છે. ગ્રીષ્મ
ઋતુ રૂક્ષ છે, પદાર્થોમાં તીખાશ ઉપજવનાર
છે, પિત્ત કરનાર છે અને કફનો નાશ કરનાર
છે. વર્ષા ઋતુ થંડી છે, બળતરા કરનાર છે,
અગ્નિને મંદ કરનાર છે અને વાયુને વધારનાર છે.
શરદ્ધ ઋતુ ગરમ છે, પિત્ત કરનાર છે અને માણુ-
સોને મધ્ય બળ આપનાર છે. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં
વાયુનો ચય (વધવું) થાયછે, વર્ષાઋતુમાં વાયુનો
પ્રકોપ થાયછે અને શરદ્ધ ઋતુમાં વાયુનું શમન
થાયછે. વર્ષા ઋતુમાં પિત્તનો ચય (વધારો)
થાયછે. શરદ્ધ ઋતુમાં પિત્તનો પ્રકોપ થાયછે

અને હેમંત ઋતુમાં પિત્તનું શમન થાયછે. શિ-
શિર ઋતુમાં કફનો ચય થાયછે, વસંત ઋતુમાં ક-
ફનો પ્રકોપ થાયછે અને ગ્રીષ્મ ઋતુમાં કફનું શ-
મન થાયછે. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં હલકી અને રૂક્ષ
ઔષધીઓથી પવનનો વધારો થાયછે પણ એ
વધેલો હલકો અને રૂક્ષ પવન હલકા અને રૂક્ષ
થએલા શરીરમાં તે કાળની ગરમીનેલીધે પ્રકોપ
પામી શકતો નથી. વર્ષા ઋતુમાં ખાટા પાકવાળા
જળોથી અને તેવીજ ઔષધીઓથી પિત્ત કે જે
ખાટા પાકવાળું છે તેનો વધારો થાયછે પણ એ
વધેલું પિત્ત તે કાળના શીતપણાનેલીધે પ્રકોપ
પામી શકતું નથી. શિશિર ઋતુમાં રૂક્ષ અને શી-
તલ ઔષધીઓથી તથા તેવાજ જળોથી કફનો વ-
ધારો થાયછે પણ એ વધેલો કફ રૂક્ષપણા અને શી-
તળપણાવાળા કાળનેલીધે દેહમાં સુકાએલો રેહે-
વાથી પ્રકોપ પામી શકતો નથી. હેમંત ઋતુમાં
પિત્તનું શમન થાયછે અને વાયુ તથા કફનો વ-
ધારો થાયછે. એ હેમંત ઋતુમાં વધેલો વાયુ
શિશિર ઋતુમાં પ્રકોપ પામેછે પણ કફ તો માત્ર

વધ્યાન્ન કરે છે. હેમંત ઋતુમાં શીતળ સ્નિગ્ધ અને ભારે પદાર્થોથી વધેલો કફ શિશિર ઋતુમાં બહુજ વૃદ્ધિ પામે છે પણુ શિતનેલીધે કઠણ થઈ રેહેવાનેલીધે પ્રકોપ પામી શકતો નથી. આ પ્રમાણે કાળનો સ્વભાવ છે તે છતાં દોષો કાળ વગર પણુ તેવા તેવા આહારાદિક મળવાથી તુરત પણુ વૃદ્ધિ પ્રકોપ અને શમનને પ્રાપ્ત થાયછે પરંતુ પોત પોતાના કાળમાં વિશેષે કરી વૃદ્ધિ, પ્રકોપ અને શમનને પ્રાપ્ત થાયછે.

એક અહોરાત્રમાં પણુ છ ઋતુઓના સ્વભાવ દેખાવાવિષે.

સુશ્રુત કેહે છે કે “ દિવસના પેહેલા ભાગમાં વસંતનાં, મધ્યાન્હમાં ગ્રીષ્મનાં, રોંઢે પ્રાવૃદ્ધ ઋતુનાં, સાયંકાલે વર્ષા ઋતુનાં, મધરાતે શરદ્ ઋતુનાં અને પેરોઢીએ હેમંત ઋતુનાં ચિન્હ દેખાય છે માટે એક અહોરાત્રમાં પણુ આખા વર્ષની પેઠે ટાઢ, ગરમી અને વરસાદના ભાવ થાયછે અને દોષોનાં વૃદ્ધિ, પ્રકોપ તથા શમન થાયછે એમ સમજવું.

કાળ નહીં છતાં પણ દોષોનાં વૃદ્ધિ આદિ
થવાનું નિરૂપણ.

કાળ નહીં છતાં પણ જેઓથી દોષોની વૃદ્ધિ થાય એવા વિહાર અને આહારનું સેવન કરવાથી દોષોની વૃદ્ધિ થાયછે, જેઓથી પ્રકોપ થાયછે અને જેઓથી શમન થાય એવા વિહાર અને આહાર સેવવાથી શમન થાયછે. તેમજ કાળ છતાં પણ જેઓથી વૃદ્ધિ અટકે એવા વિહાર અને આહારનું સેવન કરવાથી વૃદ્ધિ અટકે છે. જેઓથી પ્રકોપ અટકે એવા વિહાર અને આહારનું સેવન કરવાથી પ્રકોપ અટકે છે અને જેઓથી શમન અટકે એવા વિહાર અને આહારનું સેવન કરવાથી શમન અટકે છે.

દોષની વદ્ધિ થવાનાં લક્ષણો.

સુશ્રુત કેહે છે કે “ પોતાના સ્થાનકમાં રહેલો દોષ વધે ત્યારે કોઠો અક્કડ થઈ જાય છે, અંગમાં પીળાશ દેખાય છે, અગ્નિ મંદ થઈ જાયછે, શરીરમાં ભારેપણું થાયછે, આલસ્ય થાયછે અને જેથી

વૃદ્ધિ થઇ હોય તે પદાર્થ ઉપર અરૂચિ થાયછે. આવાં લક્ષણો ઉપરથી દોષની વૃદ્ધિ થઇ છે એમ સમજવું. ”

વૃદ્ધિ થવાના સમયમાંજ દોષોને ઓછા કરવાવિષે.

વૃદ્ધિ સમયમાંજ દોષોને ઓછા કર્યા હોય તો તે દોષો વધારે ગતિ પામી શકતા નથી અને ને ઓછા કરવામાં ન આવે તો તેઓ વધારે ગતિઓ પામીને બહુજ બળવાન થઇ જાય છે.

વર્ષા ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

વર્ષા ઋતુમાં વાયુ પ્રબળ થાયછે એટલામાટે તેની શાંતિ કરવાસાડ વિશેષે કરી મધુર, ખાટા અને ખારા રસને સેવવા નેઇએ. વિશેષે કરી વર્ષા ઋતુમાં શરીરનું ભીનાપણું થઇ જાયછે માટે તે કલેશને શાંત કરવાસાડ તીખા, કડવા અને કષાય રસને પણ સેવવા નેઇએ. વર્ષા ઋતુમાં શેક લેવો નેઇએ, શરીર ચંપાવવું નેઇએ, (દહી ખાવું હોય તો) મરી આદિ ગરમ પદાર્થ સહિત

(૭૯)

ખાવું, વગડાનાં જાનવરોનું ^૧માંસ ખાવું, ઘઉં
ચોખા તથા અડદ ખાવા, કુવાનું પાણી પીવું,
અને અધરથી ઝીલેલું પાણી પણ પીવું. પૂર્વ-
દિશાના પવનને સેવવો નહીં વરસાદને સેવવો
નહીં. ધામમાં રેહેવું નહીં, હિમને સેવવું નહીં,
પરિશ્રમ કરવો નહીં, નદીને કાંઠે રેહેવું કે જવું
નહીં, રૂક્ષપદાર્થનું સેવન કરવું નહીં અને નિત્ય
મૈથુન કરવું નહીં.

શરદ્ ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

ધીનું સેવન કરવું. મધુર કષાય તથા કડવા
રસનું સેવન કરવું. જે પદાર્થ ચંડા અને હલકાછે
તેઓનું સેવન કરવું. દુધ પીવું તથા ખાવું.
ઘોળી અને સ્વચ્છ શેલડીઓ ખાવી. થોડો થોડો
ખારો રસ ખાવો. વગડાઈ જાનવરોનું માંસ
ખાવું. ઘઉં જવ મગ અને ચોખા ખાવા. ન-
દીનું જળ પીવું, અંશૂદક પીવું. (અંશૂદકનું લ-
ક્ષણ નિચે કેહેવાશે.) કપુર, ચંદન, ચાંદનીવાળી

૧ હીંદુ લોકોએ આ ચીજનો ત્યાગ કરી પોતાને અનુ-
કુળ પડે તે ઉપયોગમાં લેવી. જે ૦ ૨૦

રાત, કુલ અને નિર્મળ વસ્ત્ર એઓનું સેવન કરવું. મિત્રોના મંડલમાં બેસવું, મીઠી મીઠી વાતો કરવી. તળાવમાં ક્રીડા કરવી. પીત્તવાળા પુરુષોએ રેચ લેવો. બળવાન પુરુષોએ ફસ ખોલાવવી. આ પ્રમાણે કરવું એ સરદ્ધ ઋતુમાં હિતકારી છે શરદ્ધ ઋતુમાં દહી ખાવું નહીં. કસરત કરવી નહીં. ખાટું તીખું, ગરમ અને તીક્ષ્ણ હોય તે ખાવું નહીં. દિવસે સુવું નહીં. બરફનું સેવન કરવું નહીં અને તડકો લેવો નહીં. ઉપર જે અંશુદ્ધક કહ્યું તેનું લક્ષણ એ છે કે “ જે પાણી ઉપર દિવસે સૂર્યની કિરણો પડતી હોય અને રાતે ચંદ્રની કિરણો પડતી હોય તે પાણી અંશુદ્ધક સમજવું. એ પાણી સ્નિગ્ધ છે અને ત્રણે દોષને મટાડનાર છે ” જે જળ ઉપર દિવસના બે ભાગમાં સૂર્યની અને રાતના એક ભાગમાં ચંદ્રની કિરણો પડતી હોય તે જળ પુરેપુરું અંશુદ્ધક છે એમ સમજવું. શરદ્ધ ઋતુમાં શેલડી, ચોખા, મગ, તળાવનું પાણી, ઉનું દુધ અને પ્રદોશકાળમાં ચંદ્રની કિરણો એટલાં વાનાં પથ્યરૂપ છે.

હેમંત ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

સવારમાં જમવું. ખાટા મીઠા તથા ખારા રસ ખાવા. શરીરમાં તેલ ચોળવું. ગરમીમાં રહેવું. પરિશ્રમ કરવો. ઘઉં ગોળ ચોખા અ-
ડદ અને માંસ ખાવાં. વડાં વગેરે લોટના પ-
દાર્થો, નવું અન્ન અને તલ ખાવા. ઉત્તમ કેસર
અને અગરવાળી કસ્તુરીનું સેવન કરવું. શરી-
રની સ્વચ્છતા જિના પાણીથી કરવી. સ્ત્રીઓનું
સ્નેહ ભરેલું સુખ લેવું અને ભારે તથા ગરમ
કપડાં પહેરવાં.

શિશિર ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

શિશિર ઋતુમાં ટાઢ અધિક હોય છે અને
વાયુ રસોને ખેંચે છે તેથી રૂક્ષપણું પણ અધિક
હોય છે એટલામાટે વિશેષે કરી એ ઋતુમાં ઉપર
કહેલા હેમંતના પ્રકારથી વર્તવું જોઈએ.

વસંત ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

વસંત ઋતુમાં વમનનાં ઔષધ લેવાં. નાકમાં
ઔષધનાં ટીપાં નખાવવાં. મધની સાથે હરડે

ખાવી. કસરત કરવી. ચૂર્ણથી શરીરને ચો-
ળાવવું. કફને મટાડે એવા ઔષધના કોળીઆ
ખાવા. લોઢાનાં સાધનોથી પકાવેલું વગડાઈ
જાતવરોતું માંસ ખાવું. ઘણું, નોખ નોખા પ્ર-
કારના ચોખા, મગ, જવ અને સાઠી ચોખા
ખાવા. ચંદન કેસર અને અગરતું લેપન કરવું
તથા જે પદાર્થ રૂક્ષ તીખા ગરમ અને હલકા
હોય તેઓનું સેવન કરવું. મીઠું ખાતું અને ચિ-
કાશવાળું દહી ખાવું નહીં. દિવસે સુવું નહીં.
ઘણી વારે પચે એવા પદાર્થ ખાવા નહીં અને
ઝાકળતું સેવન કરવું નહીં.

ગ્રીષ્મ ઋતુમાં કેવી રીતે વર્તવું.

જે પદાર્થ મીઠા, સ્નિગ્ધ, ટાઢા, હલકા અને
દ્રવરૂપ છે તે ખાવા. શિખંડ ખાવું. સાકર
ખાવી. સાથવો ખાવો. દુધ જમવું. ખરખુચ
ચીભડાં ખાવાં. સાકર ચોખા જમવા. માં-
સનો રસો ખાવો. ચંદ્રની કીરણોનું સેવન કરવું.
દિવસે સુવું. ચંદનનું સેવન કરવું અને ટાઢું
પાણી પીવું. ગ્રીષ્મ ઋતુમાં તીખા ખારા અને

ખાટા પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો. ગરમીમાં રહેતું નહીં અને પરિશ્રમ કરવો નહીં.

ઋતુચર્યામાં કહ્યાપ્રમાણે ચાલવાથી ગુણ.

જે માણસ તે તે ઋતુઓમાં કહેલા પ્રકારે પ્રમાણે વર્તે તે માણસ કદી પણ ઋતુઓથી થતી હરકતોમાં પડે નહીં.

ધતિશ્રી લટકમિશ્રના પુત્ર ભાવમિશ્રે રચેલા

ભાવપ્રકાશ નામના ગ્રંથનું દિનચર્યા,

રાત્રિચર્યા અને ઋતુચર્યા વિષેનું

ચોથું પ્રકરણ પુરૂં થયું.



“ભાવપ્રકાશ-પૂર્વખંડ.”



આ અમુલ્ય સર્વોપરી વૈદ્યક ગ્રંથનું મૂલ શ્લોક-સહિત શુદ્ધ ગુર્જર ભાષાંતર, નકશીદાર સુંદર ક-પડાના રંગબેરંગી પુંઠાંથી સોનેરી અક્ષરોસહિત લગભગ ૧૧૦૦) પૃષ્ઠના સુંદર પુસ્તકના આકારમાં છપાઈ બંધાઈ તૈયાર થયું છે. આ ગ્રંથમાં છ પ્રકરણો છે, જેમાં નિચે લખેલી ઉપયોગી અને દરેક મનુષ્યે અવશ્ય જાણુવા લાયક (૧૪૨૭) બા-બતો સમાયલી છે.

અકરણ ૧ લું-સૃષ્ટિ પ્રકરણ. અકરણ ૨ જું-ગર્ભ પ્રકરણ. અકરણ ૩ જું-બાલ પ્રકરણ. અકરણ ૪ થું-દેશો વિષો, દિનચર્યા, રાત્રીચર્યા, ઋતુચર્યા. અકરણ ૫ મું-મિશ્રવર્ગ, હરીતક્યાદિવર્ગ, કર્પૂરાદિવર્ગ, ગઢૂચ્યાદિવર્ગ, પૂષ્પવર્ગ, વટાદિવર્ગ, આમ્રાદિવર્ગ, ધાતુ પધાતુ-ર-સોપરસ-વિષોપવિષ વર્ગ, ધાન્ય વર્ગ, શાક વર્ગ, માંસ વર્ગ, કૃતાન્ન વર્ગ, વારી (પાણી) વર્ગ, દુગ્ધ (દુધ) વર્ગ, દધ્નો (દહીં) વર્ગ, તક (છાસ) વર્ગ, નવનીત (માંખણ)

વર્ગ, ધૃત (ધી) વર્ગ, મૂત્ર વર્ગ, તૈલ વર્ગ, સન્ધાન વર્ગ, મધુ (મધ) વર્ગ, ઈક્ષુ (સેરડી) વર્ગ, અનૈકાર્ય નામ વર્ગ, માન પરિભાષા, લેષજ્ઞનાં વિધાનાનિ, ધાતુનાં શોધન મારણુ વિધિ, ધાત્વાદિ મારણુ પચુક્તાન પુટ પ્રકારનાહ, ઉપધાતુનાં મારણુ પ્રકારમાહ, રસસ્યે શોધન વિધિ, ઉપરસાનાં શોધન વિધિ, રત્નનાં શોધન મારણુ વિધિ, વિપાણાં શોધન મારણુ વિધિ; સ્નેહપાક વિધિ, વમન વિધિ, વિરેચન વિધિ, સ્નેહબસ્તિ વિધિ, હસ્તરબસ્તિ વિધિ, ફલવર્ત્તિ વિધિ, નસ્ય ગ્રહણુ વિધિ, ધૂમપાનવિધિ, ગણ્ડ-શકબલપ્રસારણુ વિધિ, સ્વેદ વિધિ, મૂર્ધ તૈલ વિધિ, કર્ણ વિધિ, લેપવિધિ, શોણિત સ્નાવણુ વિધિ, નેત્ર પ્રસાદન કર્મીણી, સેક વિધિ, આશ્વયોતન વિધિ, પિણ્ડી વિધિ, બિડાલક વિધિ, તર્પણુ વિધિ, પુટપાક વિધિ, અંજન વિધિ, લેષજ્ઞ ભક્ષણુ સમય. અકરણુ ૬ કું—ચિકિત્સા પ્રકરણુ.

એ પ્રમાણે આવા મોટા કદના ગ્રંથની સમાપ્તિની સાથે વૈદ વિદ્યાની જાણુવા જેવી સઘળી બાબતો સમાપ્ત થાયછે.

આપણી ગુર્જર ભાષામાં આવા ઉપયોગી વૈદ્યક ગ્રંથની પૂરી ખોટ હતી જે આ ગ્રંથથી ઘણું દરજ્જે પુરી પડશે. આ ગ્રંથનાં વિશેષ વખાણુ

(૩)

ન કરતાં એટલુંજ કહિયે છિયે કે દેશી વૈધાના
ચરક સુશ્રુત વિગેરે ઉત્તમ ગ્રંથો પણ આ ભાવ-
પ્રકાશ ગ્રંથ વાંચનારને ઘડીભર વિસારે પડશે.
કિંમત-ગીલ્ટવાળા પુઠાંની રૂ ૭) પોષ્ટેજ ગા=

મુંબઈ-રામવાડી પાસે દાદી } જેરામ વિ. રધુનાથ,
જોઈ આગ્યારી લેન મલહા- } તંત્રી “ભાવપ્રકાશ ભાષાંતર.”
રરાવ સ્ટ્રીટ નં ૮
